كيف تجعل من الحياة
حياة؟

الطبعة الأولى

١٤٤٤هـ - ٢٠٢٣م

اسم الرواية: كيف تجعل من الحياة حياة؟
اسم المؤلف: محمد المصري
التدقيق اللغوي: عاطف حمدي
تصميم الغلاف: محمد دربالة
الإخراج الداخلي: خالد محمود
رقم الإيداع: ١٦٦٥١ / ٢٠٢٢
الترقيم الدولي: ٨-٣-٨٦٢٢٣-٩٧٧-٩٧٨

مسار للنشر و التوزيع
Massar publishing & Distribution

ش- حسن خطاب – قسم يوسف بيك – الزقازيق – الشرقية
01020439639
massar.pub1@gmail.com

كيف تجعل من الحياة حياة؟

محمد المصري

مسار
للنشر و التوزيع
Masaar publishing & Distribution

إِهْدَاء

أهدي كتَابيَ الأوَّل

إلى من وهبتني الحَياة

وإلى من أشعرتني بالحَياة

وأشكر من وقف ضدِّي

فلولاهم لَمَا كان هذا الكتاب .

مقدِّمة

الحياةُ... كلمة تشعرك بنبض قلبك... تشعرك بروحك..

اعتبرها القدماء المصريين أنَّها لن تكون واحدة بل أكثر

ونحن نعتبر أنَّ لدينا حياةٌ واحدة نعيشها في الدنيا وننتقل للخلود في الآخرة.

ولكن هناك سؤالٌ مهم :

هل نشعر فعلاً بالحياة ؟

أم أنَّنا نعيشُ العادة... نتنفَّس كالعادة... نتحرَّك كالعادة... ننامُ كالعادة... نستيقظُ كالعادة... نذهب للعمل كالعادة... نأكل كالعادة... نشرب كالعادة... نخرج كالعادة... نلعب كالعادة... نقرأ كالعادة... حتَّى أنَّنا نحبُّ كالعادة.

وتتوالى الأسئلة في عقولنا :

هل ما نقوم به (كالعادة) هي (حياة)، أم أنَّ هناك شيءٌ بخلاف ذلك نشعر به بالاستمتاع بأداء كلِّ شيء في حياتنا حتَّى نومنا ؟

فقد مرَّت علينا أوقات عديدة اكتشفنا أنَّنا لا نحيا... بل نعيش... لا نشعر بأيِّ قيمةٍ لأيِّ شيء، وفجأةً يحدث شيءٌ ما نكتشف وقتها

أنَّ كل شيء حولنا له قيمة ومعنى حتَّى الروح.

هناك من فعل بنا ذلك... نعم... أشخاصٌ أشعرونا بالحياة، فوعينا أنَّنا لم نحيا الحياة بل نعيش، تتلقفنا العادة يميناً ويساراً... هؤلاء أخرجونا من دائرة العادة، وتركونا في رحب الحياة الفسيح... نستمتع بها... بهم ومعهم... رأينا الزهور والأشجار والبحار والسَّماء والشمسُ والقمر... كأنَّنا نراها بألوانها المبهجة لأوَّل مرَّة.

فكانت نقطةُ البداية :

سؤال : كيف نجعل من الحياةِ... (حَياة) ؟

رأيتها...

هذه الكلمة التي تتكرَّر في كلام المحبِّين، ويتبعها إحساسٌ رائعٌ بالسَّعادة.

رأيتها... رأيتها

ما أسعد لحظات استقبالها ولقائها عندما تدنو دنوَّ النسمات الرائعات في جوٍّ شديد الحرارة... دنوَّ لمسةٌ حانية من يدٍ رقيقة تلامس يدك.

رأيتها...

ما أجملها في بداية اللقاء... وما أصعبها في نهاية اللِّقاء.

رأيتها...

يجذبك طلَّتها... يأسركَ سحرُ عينيها... تستسلم... وتقدِّم لها كلَّ شيء... قلبك وعقلك وروحك.

رأيتها...

تحاول أن تظهر عدم لهفتك... تحاول أن تنظر للأرض لتتجنَّب عيناها، ولكن هيهات هيهات أيُّها العاشق.

رأيتها...

ربَّما رؤية العين تُشعرك بالسَّعادة، ولكن رؤيتها بالروح تشعرك بالحياة.

رأيتها...

هكذا أبدأُ كلَّ لقاء من لقاءاتنا، أعرض فيها هدفٌ تنموي لتطوير الذات مبنيٌ على سؤالٍ مهم :

كيفَ نجعلُ من الحياةَ... حَياة ؟

بدأت الحكاية من شعور بالحياة مع شخص ما، ثمَّ اختفى هذا الشخص لأسباب لا أعلمهَا، وظهرت من قلَتُ لها تجربتي وكأنَّها سرقت الشعور بالحياة منها فأشعرتني هي بالحياة.

فلتبحث عن الحياة التي تستحق أن تحياها.

- محمَّد المصري

اللِّقَاءُ الأَوَّل
لحظَةُ البدايَة

رأيتها...

وكانت مختلفة تماماً عمَّا سبق... قلتُ في نفسي ماذا حدث ؟ ما الجديد... ماذا لديها ؟

فسألتني : ماذا تقصد "بأن أجعل من الحياة".. حياة ؟

قلتُ لها : وماذا تعني لكِ الحياة ؟

صمتت قليلاً واتَّسعت عيناها وأخذت تدور في أطراف الكون الفسيح. تنظر إلى السماء فلربَّما يُسقِط لها طائر النورس الإجابة، ثمَّ تنظر إلى البحر لعلَّ أمواج البحرَ ترمي لها بزجاجة تحوي رسالة بها الإجابة. أخذت تتمتم بكلمة الحياة أكثر من مرَّة، ثمَّ انطلقت كالبرق وكأنَّ الوحي نزل فجأةً.

قالت مسرعة : الحياة تبدأ عندما نولد فنأكل ونشرب ونجري ونمرح ونتعلَّم، ثمَّ نكبر فنعمل ونتزوَّج وننجب ثمَّ تستمر الحياة على نفسِ الوتيرة حتَّى الممات.

فتبعت كلماتها وقلتُ لها : وهكذا تظنِّين... ؟

فتعجَّبت وقالت لي : أليست هذه هي الحياة ؟!، هي الحياة التي أعرفها وأعيشها.

ضحكتُ وقلتُ لها : هذا ما نعيشه... فلتنظري حتَّى لقائنا القادم وسأقول لكِ جزءً من الحياة.

فقالت لي : أنتظر بفارغ الصبر وبكلِّ الشوق.

اللِّقَاءُ الثَّانِي
الحياة والروح

رأيتها...

وكان يبدو عليها أنَّه هناك شيءٌ مهمٍ تريده...

قالت لي : منذ لقاءنا السَّابق وأنا أفكِّر في الحياة. أحاول أن أتنبَّأ بما ستقوله لي. أرجوك أخبرني فأنا متلهِّفة جداً.

قل لي ما هي الحياة ؟

قلتُ لها : بكلٍّ بساطة... عندما تجدى الرُّوح سوف تجدي الحياة.

وهنا رأيتها تنظر إلى السماء وكأنَّها تستجمع روحهاٍ التي فقدتها، ثمَّ انتظرتُ لأرى ماذا أدرَكَت؟ ثمّ ابتسمت طويلاً وقالت لي : الحياة والروح... يبدو أنَّني تائهة ما بين عالم الحياة والروح، فأخبرني المزيد عن الروح.

قلت لها : انتظري لقاءنا القادم وسأقول لكِ جزءً عن الروح.

فقالت لي : يبدو أنَّني على موعد مع عالمٍ فسيح لا أعلم عنه الكثير... الحياة والروحِ... سأنتظر مع رغبَتي في ألَّا أنتظر... وسأبحث عن روحي لعلِّي أجدُها.

اللِّقاءُ الثَّالث
خطوةٌ للأمام

رأيتها...

قالت لي : هيَّا.. فلتخبرني المزيد عن الروح..!

قلتُ لها : قد لا ترينَ الروح ولكن ستشعرين بها، تشعرين بشيءٍ يجعلك تلامسين السَّماء بأناملك، أرأيتِ نظرة الأم عندما تستقبل مولودها الأوَّل.. ؟

قالت لي : نعم تشعر أنَّها ألتقت بروحها

قلتُ لها : أرأيتِ نظرة الطفل وهو يلعب بلعبة يحبُّها ؟

قالت : نعم، فعلاً هي من أسعد اللحظات بالنسبة له

قلتُ لها : انظري إلى العاشق عندما يرى معشوقته... انظري إلى القارئ عند يقرأ كتاباً... انظري إلى الموسيقي عندما يمسك بآلته الموسيقية...

انظري إلى الأم عندما يعود إليها ابنها الغائب...

قلتُ لها : ما الشيء المتشابه بينهم ؟

قالت لي : ليست السعادة فقط بل أكثر من ذلك... أتقصد الروح؟

قلتُ لها : لقد أدركتِ ما أعنيه

قالت : قل لي المزيد ؟

قلتُ لها : ربَّما في لقاءنا القادم

قالت : نعم... سأنتظر

اللّقاءُ الرَّابع
اللَّهفة

رأيتها...

قالت لي : لقد تأخَّرت عليّ... انتظرتك لتخبرني المزيد عن الروح فأنا متلهِّفة لأعرف المزيد.

قلتُ لها : أعتذر بشدَّة لانشغالي، وسأكمل لكِ ما انتهينا إليه.

قالت : قل لي المزيد عن الروح ؟

قلتُ لها : لقد قلت لكِ بعضاً من مظاهر الروح، ولكن لها شعور لا يجاريه أيَّ شعور آخرَ... تريدين أن تعرفي كيف تجدينها ؟

قالت : أتمنَّى ذلك من كلِّ قلبي

قلتُ لها : افعلي الأشياء التي تجعل نفسك تفرح قبل قلبك... وقلبك يغنِّي قبل شفتيكِ... وشفتيكِ تضحك قبل عينيكِ.

رأيتها وقد تلألأت عيناها كأنَّها النجم في ليلةٍ مظلمة.

قلتُ لها : سأتركك الآن مع هذه الكلمات... فتمعَّني فيها حتَّى لقاءنا القادم.

هزَّت رأسها ولم تنطق بكلمة وكأنَّها تطير بين النجوم.

اللِّقاءُ الخامس
ما الجديد؟

رأيتها...

فقالت لي : انتظرتك الأسبوع الماضي ولم تأتِ.

قلتُ لها : أعتذر... ولكن قولي لي : لما أراكِ مختلفة عن كلِّ مرَّة؟

فبادرتني وقالت : كلَّ عام وأنت الأروع... كلَّ عام وأنت أقرب لأحلامك... كلَّ عام وأنت مبدع... كلَّ عام وأنت تعطي لنا الأمل... كلَّ عام وكلَّ لحظة وأنت تجعل منَّا أناساً أفضل.

تفاجأتُ بكلِّ هذا الإطراء بمناسبة عيد ميلادي اليوم

وقلت لها : أشكرك جداً... ولكنِّي أرى شخصاً مختلفاً تماماً... ماذا حدث ؟

قالت لي : كلماتك التي قلتها لي في لقاءاتنا السابقة لقد هزَّتني وجعلتني أبحث عن روحي. كلماتك التي قلت فيها : افعلي الأشياء التي تجعل نفسك تفرح قبل قلبك... وقلبك يغنِّي قبل شفتيكِ... وشفتيكِ تضحك قبل عينيكِ.

قلتُ لها : قولي لي ماذا فعلتِ ؟

قالت لي : لن يكفي الوقت القليل الذي لدينا اليوم لأقول لك ماذا فعلت... فلديَّ الكثير لأحكيه لكِ.

قلتُ لها : سأنتظر للأسبوع القادم... وكلِّي شغف لأعرف ماذا فعلت ؟

اللِّقَاء السَّادس
لمس الماضي

رأيتها...

فنظرت إليَّ وعيناها تملؤها العتاب وكأنَّها تعاتبني على عدم لقائنا الأسبوع الماضي... فأجبتها قبل أن تنطق شفتيها: أعلم ماذا ستقولين، ولكن التمسي لي العذر لانشغالي بأمرٍ هام... أعلم مدى رغبتك في أن تحرري هذا الطائر حبيس قلبكِ.

فقولي لي : ما لي أراكِ في قمَّة توهُّجك ؟! لست أنتِ من رأيتها قبل ذلك.

هنا رأيتها ترفع رأسها للسَّماء وكأنَّها تستمد توهجها من أشعَّة الشمس الذهبية، فقالت لي : فعلت ما قلته لي؛ بحثت عن الأشياء التي تجعل نفسي تفرح قبل قلبي وقلبي يغنِّي قبل شفتاي وشفتاي تضحك قبل عيناي.

قلتُ لها : قولي لي ماذا فعلتِ ؟

قالت : بحثت في ذكرياتي، لمستُ صوري وأنا صغيرة رأيت عيني التي تملؤها السعادة، رأيتُ بريقها في صوري، ووقفت أمام

المرآه أقارن بين عيني في صوري وأنا صغيرة، وعيني في المرآة الآن، قلت لها : ماذا وجدتِ ؟

قالت : عندما رأيت صوري هناك، إحساس ما ينفجر داخلي، إحساس بالبهجة أسترجع معه ذكرياتي عندما كنت ألعب على شاطئ البحر، أبني لنفسي قصوراً وحدائقاً وأنهاراً وسدود، كأنَّني أبني لنفسي عالمي الذى أتمنَّاه، ولكنَّني عندما أنظر في المرآة أجد جسداً مستسلماً وعيناً باهتة... فصمتت قليلاً ثمَّ بكت...

أكملت حديثها بعد فترة ليست بالقصيرة وقالت لي : ولكنَّني معك الآن، أريد أن أستجمع روحي.

قلت لها : يبدو أنَّ كلماتي أثَّرت فيكِ كثيراً، وذكرياتك تؤلمك. صمتت قليلاً وقالت : لي رجاء عندك... فنكمل حديثنا الأسبوع القادم... فالماضي فيه الكثير والكثير.

قلت لها : الكثير !!!... فلنلتقي الأسبوع القادم إذن ؟

قالت لي : أرجوك لا تعتذر

قلتُ لها : لكِ ذلك، سأحاول بكلِّ طاقتي

اللِّقاءُ السَّابع
ذكرياتي

رأيتها... فابتسَمتْ

فقلتُ لها : لم أعتذر هذا اليوم

فقالت : وأنا سعيدة لذلك

قلتُ لها : أخبريني ماذا فعلتِ ؟

قالت : لقد قلتُ لك أنني أبحث في صوري عن روحي المفقودة، وشعرت بها وتذكَّرت أسعد لحظات حياتي، ولكنِّي فعلتُ أكثر من ذلك.

قلتُ لها : قولي لي بسرعة.

قالت : لقد زرت الأماكن التي كنت أذهب إليها وأنا طفلة مع أبي. تحسَّست كلَّ مكان واستشعرت قبضة أبي خوفاً عليَّ، أو لعباً معي. ذهبت إلى الحدائق وانطلقت أجري وكأنَّه يلعب معي فأسابقه ويسبقني.

ثمَّ صممت كثيراً

فنظرتُ إلى عينيها، فرأيتُ دموعها تنهمر من عينيها.

قلتُ لها : أشعر جداً بما تقولين، ولكن لديَّ سؤال مهم جداً (أردت أن أخفف عنها)

قالت لي : تفضَّل

قلتُ لها : هل ستحضرين محاضرتي يوم الثلاثاء القادم ؟

هنا توقَّفت دموعها إلَّا بعض قطرات بقيت على خدَّيها... وابتسمت ثمَّ قالت : أتمنَّى ذلك

قلتُ لها : سنتوقَّف عند هذا الحد ونلتقي إمَّا يوم الثلاثاء أو يوم الخميس كعادتنا.

قالت : أتمنَّى لك كل التوفيق وأنا على ثقة أنَّك ستقدِّم محاضرة رائعة كعادتك.

قلتُ لها : أشكرك جداً، وأتمنَّى حضورك

قالت : إذن سأراك قريباً..

اللِّقَاء الثَّامن
الهِبَاتُ الثَّلاث

رأيتها...

فبادرتني باعتذار عن عدم حضور محاضرتي، قالت : أعتذر بشدَّة، كنت سأحضر وخرجت فعلاً ولكن حدث شيءٌ ما.

قلتُ لها : وما هو ؟

قالت : في طريقي وأنا قريبة من شاطئ البحر. وقفت أتأمَّل البحر قبل وقت الغروب، ولكنَّني تذكَّرت أنَّ البحر هو جزءٌ من روحي المفقودة... ربَّما لأنَّ رغبتي في حضور محاضرتك أوقدت روحي بُهجاً، فكأنِّي أرى البحر لأوَّل مرَّة منذ زمن بعيد بالرُّغم من أنَّني أسكن بالقرب منه ولكن تطلُّعي للحضورً جعلني أتأمَّل البحر.. هذا الصديق القديم الذي كنتُ منذ زمن بعيد أشتكي له ما يجول بداخل نفسي، فهو يسمعني بكلِّ صبر، بخلافً الآخرين في هذه الحياة.

لكن بعد أن جلست لفترة وجدت دموعي تتساقط لا أعرف لماذا؟

لم أستطع أن أحضر وأنا كذلك.... فلم أُرد أن أطغى بروحي السلبية على الآخرين.

قلتُ لها : بالعكس... لقد تكلَّمنا في المحاضرة عن الهبَات الثلاث التي وهبها الله لنا.... الروح والعقل والجسد... ولابدَّ لأيِّ حياةٍ سعيدة من تكامل هذا المثَّلث العظيم، قاطعتني وقالت : حظي سيء.

قلتُ لها : ليس الحظ ولكنها فرصة ربَّما ضاعت هذه المرَّة ولكنَّها ستأتي مرَّة أخرى.... انتظري وسترين...

قالت لي : سأنتظر...

قلتُ لها : ولنكمل ما قُلته المرَّة السابقة... الخميس القادم.

ابتسمت وقالت : سأفعل...

اللِّقَاءُ التَّاسع
البحثُ عن الجمال

رأيتها...

وقلتُ لها : يا لروعة الإنسان عندما تستيقظ روحه بادرتني وقالت لي : نعم... أجمل وأسعد أيَّام حياتي عندما أجد روحي. لقد قلت لك أنَّني أبحث في ذكرياتي القديمة لعلِّي أجد روحي المفقودة.

قلتُ لها : وهل وجدتها ؟

قالت : نعم... ولكنَّني بمجرَّد أن أنشغل بحياتي وأنسى ذكرياتي، أفقد روحي مرَّة أخرى.

وهنا توقَّفت عن الكلام، ثمَّ نظرت إليَّ نظرة المريض الذي ينتظر من طبيبه أن يعطي له دواءً شافياً يخفِّف عنه آلامه العديدة.

ولكنَّني قلتُ لها : فلتكملي حديثك عن حياتك الآن وليس الماضي.

قالت : أعيش لمجرَّد أنِّي لابدَّ أن أعيش، لا أشعر أنَّ لحياتي معنى أو هدف... كل أيَّامي تشبه بعضها. الفرح والسعادة كلمتان أسمعهما كثيراً ولا أعرف لهم معنى أو إحساس.

قلتُ لها : ولماذا تشعرين بذلك ؟ بالرغم من أنِّي أجد فيكِ اختلافاً عن أوَّل لقاء.

قالت : نعم.. لقد تأثَّرت بعمق كلماتك ولكني أرغب في المزيد.

قلتُ لها : سأقول لكِ المزيد في لقائنا القادم... ولكن لي رجاء...!

قالت : وما هو ؟

قلتُ لها : ابحثي عن الجمال في كلِّ شيء ترينه

قالت لي : لن أسألك لماذا ؟ ولكنّي سأفعل ما طلبته وأنا على ثقة بك.

قلتُ لها : أشكرك جداً... وإلى لقاء الأسبوع القادم

اللِّقاءُ العاشر
أبطئِي خطواتك

رأيتها...

فقلتُ لها : انتظرتك كثيراً الأسبوع الماضي.. ماذا حدث ؟

صمتت كثيراً ثمَّ قالت : أنا أنتظر هذا اللِّقاء بكلِّ شوق ولكنَّني وجدت أنَّني مُتردِّدة لِكون الأيَّام الماضية كانت مليئة بالتقلُّبات، فلم أرغب أن أثقل عليك همومي.

ثمَّ أغمضت عيناها حتَّى تتناسى شيئاً ما، ثمَّ ابتسمت وقالت : أتعلم ماذا قلتَ لي المرَّة السابقة ؟

قلت لها : نعم... ابحثِي عن الجمال في كلِّ شيء

قالت : نعم... كلماتك هذه التي جعلتني أرى الحياة مختلفة عن ذي قبل.

قلتُ لها : كيف ؟

قالت : يا لَكم النعم التي نعيش فيها...! رأيت الحياة والكون كأنِّي لم أعرفهما من قبل.

استشعرت أنَّ لكلِّ شيء جمالٌ خاصٌ به، رأيتُ السماء والبحر

والأشجار والأزهار كأنِّي طفلة تفتح عيناها لأوَّل مرَّة وترى كل هذا.

قلتُ لها : وما الاختلاف الذي حدث ؟

قالت : أنا

صمتتُ أنتظر لعلَّها تعطي لي تفسيراً لكلمتها، ثمَّ قالت: ما أجمل ما نحيا، ولكنَّنا لا ندرك قيمة ما نحياه حتَّى نفقده. قررت أن أستمتع بكلِّ جمال في الكون، قرَّرت أن أبطئ خطواتي في السير حتَّى أمعن النظر في ما أحياه من نِعم.

أذهلتني الحياة وأذهلني نعم الله عليَّ وعلى البشر، ولكنَّنا لا ندركها إلَّا بعد فوات الأوان.

قلتُ لها : الحمد لله

استغربت من ردِّي وظهر على وجهها علامات الدهشة

فتبعتها مباشرةً وقلتُ لها : هذا ما أردته بالفعل ولقد تحقق.

زادت دهشتها وقالت : وماذا أردت ؟!

قلتُ لها : يكفينا ما قلته في هذا اللقاء ومع لقاءنا في الأسبوع القادم... سأفسِّر لكِ بعض كلماتي.

قالت : كعادتي مع نهاية كلِّ لقاء أنتظر اللقاء القادم بكلِّ الشغف والشوق.. فإلى اللقاء.

اللِّقاء الحادي عشر
الشَّرارة

رأيتها...

اليوم ومع هطول المطر بشكل غزيز... أقبلت عليَّ من وراء الغيوم والأمطار وما زالت بعض قطراته على وجهها.

ضحكتُ وقلت لها : ما الذي جاء بكِ في هذا الجو الممطر ؟

قالت : أنت السبب.

استغربت كلمتها وقلتُ لها : أنا !!!

قالت : نعم... منذ لقاءنا في الأسبوع الماضي وأنا متشوِّقة جداً لأسمع تفسيرك لما قلته... لم أستطع أن أؤجِّل لقاءنا حتى ولو كان الجو أسوء من هذا فكنت سآتي.

قلتُ لها : لقد اختلفت كثيراً عن لقاءاتنا السابقة... ما هذا التصميم الذي أراه في عينيكِ ؟

قالت : سأقولها ثانياً... أنت السبب...

ثمَّ تبعت كلماتها بقولها : بالله عليك أخبرني تفسير كلماتك ؟

قلتُ لها : اصبري وسأخبرك عن كلِّ شيء

قالت : قل لي أرجوك

قلتُ لها : عندما طلبت منك أن تبحثين عن الجمال في كلِّ شيء أردت أن أشعل شرارة الروح المَفقودة.

اتَّسعت عيناها وانعكست أشعة الشمس الرقيقة من عينيها. ظهر عليها أنَّها تفكِّر بعمق في كلماتي وبعد صمت طويل قالت : ولقد نجحت فيما أردت... نعم بعدما قلت لي ابحثي عن الجمال في كلٍّ شيء أحسست أنِّي استبدلت عيني بعين ترى الجمال والخير والحب بعكس ما يراه الآخرون... ثمَّ قالت : قُل لي المزيد..!

وهنا بدأت الأمطار تهطل من جديد بغزارة فقلتُ لها : فلتعودي إلي البيت ولنكمل الأسبوع القادم.

قالت : ولكنِّي أريد أن أسمع منك المزيد اليوم.

قلتُ لها : فتأخذي كلماتي البسيطة اليوم... فلتدركيها جيداً... وابحثي كيف تجدي روحك لتعيشي حياتك كأجمل حياة.

قالت : سأفعل...

وفصل بيننا المطر الغزير فانطلق كلٌّ منَّا في طريقه.

اللِّقاء الثاني عشر
النظَّارة السوداء

رأيتها...

فبادرتني بابتسامة رقيقة... ثمَّ قالت : أوقات لقائنا تمثِّل أسعد أوقات حياتي، أصبحت عادة لا أستغني عنها، عندما أراك أجد فيك الأمل المفقود.

قلتُ لها : لا... بل الأمل في داخلك أنتِ ولكنك لا تشعرين به... وستعود الروح إليكِ وستعيشين الحياة كأفضل حياة... هذا ما أثق به.

فلتسمعيني جيداً... عندما تفقدين الروح تفقدين الاستمتاع بالحياة... تفقدين الاستمتاع بكلِّ شيء على الرغم من أنَّ الحياة مليئة بالنعم والمتع الكثيرة.

عندما تفقدين الروح لا ترين الأشياء على طبيعتها ولكن ترينها بنظَّارتك السوداء تلك ولربما لا ترينها... فترين البحر كأنَّه ماء متحرِّك والسماء كأنَّها غطاء أزرق اللون والأشجار أشياء تعيق حركتنا.

رأيتها وقد طأطأت رأسها للحظات ثمَّ رفعتها وقد رأيت دمعة تتسلَّل من عينها وتشقُّ طريقها على خدِّها وانطلقت نحو الأرض.

قالت لي : عندك ألف حق.

قلتُ لها : ولتعلمي أنَّ هذه الدمعة هي بداية استعادة روحك المفقودة... وسترين...

قالت : يا لروعة كلماتك وعمقها !

قلتُ لها : يكفينا ما قلناه هذا اليوم... ولنكمل الأسبوع القادم.

رأيتها وكأنَّها تعيش حلماً جميلاً لا تريد أن تفقده.

وقالت : أرجوك لا تعتذر... فلقد أدمنت هذا اللقاء

اللِّقاءُ الثَّالث عشر
الرغبةَ ثمَّ الرغبةَ

رأيتها...

فبادرتني بنظرةِ عتاب..

وقبل أن أتكلَّم قالت : أعلم أنَّك كنت مشغولاً للغاية ولكن كما قلت لك من قبل؛ أنَّ هذا اللقاء يساعدني على استعادة روحي... فاعذرني لأنِّي أدمنت هذا اللقاء.

قلتُ لها : أعلم ما تشعرين به ولكن انشغلت فعلاً الأسبوع الماضي بالإعداد لمحاضرتي.

أسرعت وقالت : ماراثون الحياة... اسمٌ جميل... ولربما لها معنى عميق !

قلتُ لها : هذه المحاضرة بالتحديد لها معنى خاص بالنسبة لي.

قالت : وما هو ؟

قلتُ لها : فكرة وُلدت في وقت ما... تخيَّلت حدوثها... وتحقَّق جزءٌ منها. واجهت فيها معوقاتٍ كثيرة حتَّى موعد تنفيذها. تحملُ في طيَّاتها معانٍ عديدة، فيها الأمل والتحدِّي والإصرار، وفيها أيضاً

الألم والخوف. مثَّلت لي هذه المحاضرة شيئاً مهماً قالت : وما هو ؟

قلتُ لها : الرغبة

صمتت وكأنَّها لم تفهم ردِّي، قلتُ لها : الرغبة في أن يحقق الإنسان شيءٌ ما... هذه الرغبة طاقة جبَّارة، حتَّى ولو لم يمتلك القدرة لتحقيقه.

قلتُ لها : لو لديكِ الرغبة الصادقة والأكيدة في التغيير يمكن أن تحققيه في لحظة... ولكن في بعض الأوقات لا نجدها، فتجدي الإنسان يكثر من تمنِّي حدوث أشياء معيَّنة له، وما أكثر الأمنيات التي تمرُّ علينا كنسمة هواء لطيفة... تسعدنا لحظياً وتختفي.

وكما قال أمير الشعراء أحمد شوقي :

- وما نيلُ المطالب بالتمنِّي...... ولكن تُأخذ الدنيا غلابا

نظرت إليَّ نظرة لم أدرك معناها، أهي الحيرة أم التأمُّل أم الاستيعاب؟

لكنها قالت : لقد أدركت معناها... فأنا لا أسمع بأذني ولكن بكلِّ كياني، نعم لا نملك الرغبة فقط نريد كل شيء بسهولة.

قلتُ لها : ولا يأتي شيء يستحقُّ امتلاكه في هذه الحياة بسهولة.

استمرَّت نظراتها المحيِّرة ولكن قلتُ لها : لقد تحدَّثت كثيراً في هذا اللقاء، فلنكمل حديثنا في اللِّقاء القادم.

قالت : على وعد باللِّقاء !

تركتها ونظراتها المحيِّرة، ظلَّت واقفة تنظر إلى الأفق لعلَّها تعي كل كلمة قلتها لها.

اللِّقَاءُ الرَّابِع عشر
القَيد

رأيتها...

وقد كانت ابتسامتها الرقيقة تفيض من المعاني الكثير.

قالت لي : ما أجمل هذا اللقاء الأسبوعي... أنتظره كما أنتظر شروق الشمس... وكم تمنَّيت أن يكون كل يوم ولكنِّي أدرك انشغالك.

قلتُ لها : هذا اللقاء هو جزءٌ من الحياة وليس كل الحياة، الحياة فيما تملكينه في داخلك - في روحك التي نسعى لاستعادتها - ما أجمل لحظات حياتنا والتي تسمو فيها أرواحنا ونشعر وقتها أنَّنا لا نسير على الأرض بل نخطو على نسمات الهواء فتعلو بنا إلى السحاب فنرى الآخرين مشغولين بالصراعات تملؤهم السلبية والإحباط وليس لحياتهم معنى.

نظرتُ إليها، فكان الصمت للحظات ثمَّ قالت : لديَّ الرغبة الأكيدة في أن أستعيد روحي، ولعلَّ كلماتك هذه تداعب روحي المفقودة.

قلتُ لها : لقد اكتشفت معك أنَّ روحك ليست مفقودة ولكنَّها

مقيَّدة تحتاج فقط لأنَّ تحرِّريها من قيودها.

صمتتْ كثيراً، قلتُ لها : ولنكمل حديثنا الأسبوع القادم

ابتسمت ثمَّ انصرفت وتركتها تتعمَّق في هذه الكلمات.

اللِّقَاءُ الخامس عشر
مَنْ يصنعها؟

رأيتها...

فقالت : أسبوعان كثير

ابتسمتُ وقلتُ لها : أعتذر لظروف سفري

قالت : كل عام وأنت في أفضل وأحسن حال... هذه الأيَّام الجميلة تشعرني بالفرح.

قلتُ لها : ومن يصنع الأيَّام الجميلة ؟

رأيتها وقد استغربت سؤالي، ولكنَّني كررته مرَّة أخرى، استغرقت في التفكير.

ثمَّ قالت : فهمت سؤالك... نحن من نجعل لهذه الأيام معنى وحياة.

قلتُ لها : إذا ما كنتِ غير سعيدة فماذا ستشعرين في هذه الأيَّام ؟

قالت : نعم... لن أشعر بأيِّ شيء، ولكنِّي في هذه الأيَّام أشعر بشعور مختلف... ربَّما شعور التغيير... ربما شعور أنَّ الآخرين يسعونَ إلى الاهتمام بروحانيات شهر رمضان، وأنا اكتسبه منهم.

قلتُ لها : ما تشعرين به يساعدك كثيراً على التغيير. روحك المقيَّدة تحتاج التغيير والاصرار على التخلّص من هذا القيد.

قالت : وماذا أفعل ؟

قلتُ لها : استمتعي بالعبادة بكلِّ تفاصيلها وبمعانيها. اقرأي وابحثي عن حكمتها وستتغيَّرين كثيراً. في شهر رمضان نتعلَّم الصبر والإصرار... نكتشف أنَّ لدينا إرادة قويَّة. فكيف تصبرين على الصيام هذه المدَّة بالرغم من أنكِ لا تصبرين كل هذه المدَّة في الأيَّام العادية. فما فرضه الله علينا هو نعمة كبيرة لنا.

توقَّفتُ قليلاً... ثمَّ قلتُ لها : تعاملي مع التغيير خطوة بخطوة... لا تفعلي ما يفعله الآخرون، يضعون كل طاقاتهم في الأيَّام الأولى وتنفذ في نهاية الشهر.

صمتت قليلاً ثمَّ قالت : سأفعل... سأستمتع بالعبادة والقرب من الله خالقي.

قلتُ لها : أتمنَّى لكِ الفرح والسعادة في كلِّ لحظة من حياتك... والآن جاء وقت الرحيل.

ابتسمت ثمَّ قالت : أنتظرك الأسبوع القادم... فلا تعتذر أرجوك.

ابتسمت ثمَّ تركتها تفكِّر فيما ستفعله.

اللِّقَاءُ السَّادس عشر
اضحكي

رأيتها...

فكانت متجهِّمة

قلتُ لها : ماذا حدث ؟

قالت : أعاني من بعض المشكلات... والتي تؤرقني كثيراً.

قلتُ لها : ومن منَّا لا يعاني من مشكلات ولكنَّنا نستجمع قوانا ونبحث عن أيِّ أخبار تسعدنا، وأي أشياء تضحكنا وتفرحنا.

قلتُ لها : أرأيتِ الطفل وهو يضحك؟

قالت : نعم... ما أجمل ضحكة الأطفال!

قلتُ لها : هل تعلمين لماذا ضحكتهم رائعة ؟

قالت : لماذا ؟

قلتُ لها : لأنَّها من القلب، يضحكون من عمق روحهم... لا يقولون بعدها (اللَّهم اجعله خير) مثلنا.

قلتُ لها : اضحكي من كلِّ قلبك... اضحكي... (فالضحك

دواء الروح).

رأيتها : وقد ضحكت وكأنَّ الشمس أشرقت سريعاً وسط عتمة الليل.

قلتُ لها : هكذا... ما أروع هذه الضحكة وهي من أعماق روحك.

قلتُ لها : نكتفي بهذا اليوم ؟

قالت : الأسبوع القادم... نلتقي... أرجوك

قلتُ لها : بشرط أن تملئي الدنيا فرحاً وضحكاً

قالت : سأفعل

تركتها وقد تبدَّل حالها كثيراً.

اللِّقَاء السَّابع عشر
التفكير الزَّائد

رأيتها...

فأسرعت وقالت : أنا سعيدة جداً بلقائنا هذا وبآخر لقاء.

قلتُ لها : ماذا فعلتِ من الأسبوع الماضي ؟

قالت : كنت أبحث عن أشياء تسعدني.. ضحكت كثيراً، ولكن ما زلت أعاني من مشكلة.

قلتُ لها : وما هي ؟

قالت : أنني أفكِّر كثيراً جداً

قلت لها : Think... Do... Don't think

قالت لي : ماذا تعنى ؟

قلت لها : فكِّري... افعلي... لا تفكِّري

زادت دهشتها.

قلتُ لها : من أكثر مشكلاتنا... التفكير الزائد

عندما نريد فعل شيء ما نظلُّ نفكِّر ونفكِّر ونعيد التفكير فيما

فكَّرنا فيه ثمَّ نلغي ما فكَرنا فيه ونبدأ التفكير من البداية ونلغي كل هذا ولا نفعل شيئاً... وهكذا.

قالت لي : هذا أنا تماماً، عندما أريد فعل شيء أفكِّر كثيراً وأتوقَع حدوث أشياء كثيرة وعادة سلبية وفي النهاية لا أفعل شيء.

قلتُ لها : وعادةً لا تحدث الأشياء السلبية التي تخيَّلتها.

قالت : نعم في الأغلب لا تحدث

قلتُ لها : لقد أضعتِ الحاضر في التفكير في أشياء سلبية ولن تحدث... لقد فقدتِ الحاَضر وهذا يؤثِّر على روحك كثيراً.

قالت لي : وماذا أفعل في مشكلتي هذه ؟

قلتُ لها : فكّري... ولا تستغرقي في التفكير ولابد أن تأخذي خطوة في اتجاه الفعل وسوف تتغيرين كثيراً وستشعرين بجمال الحاضر.

ظلَّت واقفة لا أدري هل استوعبت كلامي أم لا..!

ولكنَّها فاجأتني وقالت : جمال الحاضر... هذا ما أفتقده... نعم...

قلتُ لها : لقد أدركتِ ما أعنيه...

قالت : كعادتك... تُصيب هدفك... وتعطي الحل

قلتُ لها : أنتظر أن تفعلي ما قلناه حتَّى نتلقَّى في الأسبوع القادم.

ابتسمت وقالت : لماذا ؟ لا يطول هذا اللقاء.

قلتُ لها : ليست بكميَّة البذور تتوقعِّي المحصول، ولكن بنوعيته، وليس بالمطر الكثير تتوقعين ازدهار الحياة. فقد تكون تدميراً لا حياة.

تأمَّلي المعاني الصغيرة واسعي لتطبيقها بكلِّ طاقتك وستصنع معك حياة عظيمة.

قلتُ لها : يكفينا هذا... ونلتقي الأسبوع القادم

قالت لي : أنتظر بكلِّ الشوق.

تركتها وهي تنظر إلى السماء... ربَّما تفكِّر فيما ستفعله.

اللِّقَاء الثَّامن عشر
خَفِّفْ أحمالك

رأيتها...

وكأنَّني ألتقي شخصاً مختلفاً عن اللقاءات السابقة

قلتُ لها : ما لي أراكِ مختلفة عن آخر لقاء ؟

قالت : لقد فعلت ما قلته لي الأسبوع الماضي ؟

صمتت قليلاً ثمَّ أكملت حديثها.

وقالت : لقد قلت لي أنَّه عندما أريد فعل شيء ما أفكِر قليلاً ثمَّ أبدأ بالفعل.

قلتُ لها : نعم

قالت : اكتشفت أنِّي أؤجِّل أشياء كثيرة بسبب تفكيري الزائد ومع تأجيلي لفعل أشياء كثيرة أشعرٍ أنِّي أحمل حملاً ثقيلاً على ظهري يزيد مع مرور الزمن ولا ينتهي أبداً.

توقَّفت للحظة ربَّما لتتجاوز هموم الماضي إلى سلام الحاضر.

ثمَّ أكملت حديثها فقالت : أبسط الأشياء كنت دائماً أؤجلها

لأنَّني أتوقَّع الأسوأ دائماً. أخشى من فعل الأشياء البسيطة لتوقُّعي حدوث شيء سيِّء.

ولكن عندما بدأت أطبِّق ما قلته لي الأسبوع الماضي اكتشفت أنَّ الأسوأ داخل عقلي فقط وليس له مكان في الواقع، وكما قلت من قبل لقد فقدت جمال الحاضر فلم أشعر براحة إلَّا هذه الأيام عندما بدأ الحمل الثقيل على ظهري ينفد.

قلتُ لها : كلماتك تعبِّر بحق عن واقعك وأنا أرى الاختلاف ظاهراً عليكِ.

قالت لي : لا أعرف كيف أشكرك... ولكنِّي أعلم أنَّ أي شكر لن يوفيك حقك.

قلتُ لها : لماذا ترغبين في شكري ؟ بل اشكري الله الذي أعانك وأنار قلبك ووجهك.

قالت : الحمد لله

قلتُ لها : فعلاً الحمد لله... والآن...

قالت : لا... لا تقول لي أنَّك سترحل

قلتُ لها : أكملي ما بدأتيه... ولا ترددي... واعلمي أنِّي سعيد جداً بما تفعلين، ولكن لابد أن أرحل.

قالت : سأنتظرك الأسبوع القادم.

قلتُ لها : إلى اللقاء...

تركتها وأنا سعيدٌ بما تفعله... وسأنتظر منها المزيد...

اللقاء التَّاسع عشر
اطوي صفحة الماضي

رأيتها...

فبادرتني وقالت : كل عام وأنت بألف خير وسعادة. أعلم أنَّ لديك مشاغل كثيرة هذا اليوم، ولكن أنتظر منك نصيحة... تعينني في الأيَّام المقبلة.

قلت لها : "اطوي صفحة الماضي "

تغلَّبي بمتعة الحاضر وأمل المستقبل على ألم الماضي... فحياتنا كالكتابِ... ما فائدة أن أرجع وأقرأ ما سبق من صفحات... وخاصةً إن كانت هذه الصفحات مليئة بالأحزان.؟

ولو فعلتِ ذلك فلن أستطيع أن أكمل صفحات هذا الكتاب.

من الآن قرري أنَّ حياتك لن تستمر على هذا المنوال... قرار... وليس رغبة أو أمنية أو طلب.

ولكن قرار بالتغيير يتبعه عملٌ مكثَّف. التغيير يحتاج طاقة وإصرار لتحقيقه.

قرار أنَّكِ لن تعيشين في ألم الماضي بل تسعين إلى متعة الحاضر

وأمل المستقبل. اعلمي أنَّ كل خطوة تأخذينها نحو التغيير ستجدي أثرها بشكلٍ سريع. فقط خذي قرار وابدئي وستجدين النتيجة.

رأيتها وكأنَّ كلماتي فجَّرت بركاناً بداخلها فظهر في عينيها كأنَّها أخذت قرارها من داخلها.

قالت : لقد قررت أن أطوي صفحة الماضي بكلِّ ما عليه، بكلِّ آلامه وأحزانه. والآن سأبدأ في وضع أهدافي للحاضر والمستقبل. لن أكون نفس الشخصية السابقة بل شخصية مختلفة وسترى.

كانت كلماتها بالنسبة لي طاقة نور من الأمل والتفاؤل في ليلٍ معتم. تحمل في طيَّاتها حماس وإصرار غريبين.

قلتُ لها : ستفعلين ما تريدين... ولكن لا تستسلمي لشخصيتك السابقة. سيحدث أن تقول لكِ لماذا تبذلين هذا الجهد للتغيير؟ ما الفائدة ؟

قالت لي : لن أجعلها تنتصر عليَّ... لن أستسلم

قلتُ لها : هذا ما أنتظره منكِ

قالت لي : كل عام وأنت بخير... لن يوفيك شكري حقك، ولكنَّني أعلم أن مع تغيُّري ستكون سعيداً. وهذا ما أسعى إليه.

ابتسمتُ وقلتُ لها : هذا ما أنتظره منك، والآن استمتعي بهذه الأيام الجميلة، واستعيني بالله وتأكدي أنَّه لَن يخذلكِ.

تركتها وكان الإصرار يملأ عيناها وتعلو شفتيها ابتسامة برَّاقة تعكسها أشعَّة الشمس الذهبية.

اللِّقاء العشرون
من السبب؟

رأيتها...

وقد ظهر على وجهها قسمات الحزن قلتُ لها : لماذا أرى الحزن طاغياً على وجهك ؟

قالت لي : ما زلت أحاول أن أطوي صفحة الماضي، ولكن الماضي لا يريد أن يتركني، فالماضي يحوي الكثير من المآسي والآلام والكوارث والتي ليس من السهل أن أطوي صفحاتها.

قاطعتها فقلتُ لها : أأنتِ السبب ؟

صمتت ونظرت إليّ نظرة استغراب أكملت حديثي : أأنتِ السبب في هذه المآسي والآلام والكوارث ؟

صمتت وما إن بدأت تحكي لي قلت لها : لا أريد أن أعرف ما هو هذا الماضي ؟ ولكن فلتسمعي كلماتي جيداً؛ هل هذا الماضي بمآسيه وآلامه وكوارثه.... أنتِ السبب فيه ؟

لو أنتِ السبب في سوء هذا الماضي... فقد مَنَّ الله بالتوبة. ما أجمل أن نَسمع قول الله تعالي : "وَاللَّهُ يُرِيدُ أَن يَتُوبَ عَلَيْكُمْ"... ما

أروعها... أرأيتِ رحمة الله بنا... ؟!

وأيضاً قوله تعالي : "فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا"

كذلك قوله تعالي : " إِنَّ اللَّهَ لا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ "

كذا بعض العبادات يرجع منها العبد كيوم ولدته أمه. يا لها من رحمة وفضل من رب غفور رحيم، ولو لم تكونين أنتِ السبب في هذا الماضي، لا تحمِّلي نفسك فوق طاقتها.

نعم... الماضي وآلامه فوق طاقتك.. ولكن اعترفي أنَك صمدتي لحد معيَّن ولكنكِ لا تستطيعين أكثر من ذلك. فلقد أعطَى الله لنا طاقةً ولكننا نصلَ إلى أن تنفذ في وقت ما.

فقد قال الله تعالى : "لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا".

ليست مسئوليتك. فما الحل ؟

هل تنهي حياتك أم تتوافقي مع هذا الماضي وتجعليه دافعاً لكِ ؟

ظلَّت صامتة تنصت لكلماتي، ولكن الصراع الذي بداخلها يظهر جلياً في عينيها.

قبل أن أتركك سأقول لكِ كلمات اجعليها نبراساً لكِ. لقد منحنا الله نعمة الحياة ونحن نَحيا فيها نخطئ ونتعلَّم ونَعود... ثمَّ نخطئ ونتعلّم ونعود، ومهما اعتقدنا أنَّنا تعلَّمنا نجد مواقف

جديدة تواجهنا... فنخطئ.... ونتعلَّم... ونعود... وهكذا لا تفرطي في نعمة الحياة وتقبعي في ظلمات الماضي، فالحاضر يحمل الخير والمستقبل يحمل الأمل.

أنهيت كلماتي وكأنِّي كنت في معركة مع ماضيها الذي يحاول أن يسيطر عليها وأنا أدفعه.

فجأةً وبعد طول صمت تبدَّلت ملامحها كالتحوُّل من الظلام إلى النور، قلتُ لها : سأترككِ الآن ولكن لا تنسي كلماتي.

رأيتها... وقد ظلَّت صامتة وقد أشارت لي برأسها بالإيجاب.

تركتها... وما زال لدي سؤال مهم... هل تستطيع أن تطوي صفحات هذا الماضي ؟

اللِّقاء الحادي والعشرون
اختبارٌ بسيط

قدمتُ من بعيد... أحاول أن أتطلَّع إليها.... ومع تعدد لقاءاتنا بدأتُ أدرك من خلال وجهها بماذا تشعر ؟

اقتربت خطوة بخطوة حتَّى ظهرت لي ملامح وجهها، اقتربت ورأيت ابتسامتها الساحرة.

بادرتني فقالت : نعم، لم نلتقِ منذ أسبوعين ولكنَّها كانت كافية بالنسبة لي أن أستجمع قوايَ... أن أَلملم شتات قلبي وعقلي وروحي.

قلتُ لها : والآن ؟

قالت على الفور : أفضل حالاً.

قلتُ لها : سأختبرك

ضحكت وقالت لي : وأنا على استعداد

قلتُ لها : ماذا يمثِّل لكِ الماضي ؟

صمتت فترة من الوقت... تغيَّرت ملامحها... ثمَّ ابتسمت.

تعجَّبت مما فعلته، وقبل أن أتكلَّم قالت لي : لاحظت في عينيكَ نظرة الاستغراب والحيرة!

قلتُ لها : أنتظر حلَّ هذا اللغز

قالت لي : فترة صمتي كانت تمثِّل لي الماضي الذي يجب أن نستخلص منه العِبر فقط لا أن يسير ملاصقاً لنا، وتغيُّر ملامحي هي انتقالي من الماضيِ للحاضر، وابتسامتي تعبِّر عن أملي في المستقبل وثقتي بالله التي ليس لها حدود.

اندهشت مما فعلت وما قالت...!

قلتُ لها : لقد نجحتِ في هذا الاختبار بكفاءة ولكن أنتظر أن تدعم تصرفاتك كلماتكَ تلك.

قالت : تعلَّمت منك الكثير وما زلت.

قلتُ لها : سيأتي يوماً ما في المستقبل وستقولين لولا ألم الماضي وأحزانه لكنتُ في وضع أسوء، ولكنَّني تعلَّمت الكثير.

كانت تصغي لكلماتِي بكلِّ شغف، ثمَّ قالت : هذا هو الماضي، ولكن الحاضر صعب ومليء بالصراعات، فماذا أفعل ؟

قلتُ لها : سنتكلَّم عن الحاضر قريباً جداً ولكن لا تستعجلي.

ابتسمت وقالت : لا أستعجلك بالعكس فأنا أنتظر لقاءنا هذا كل أسبوع، ولا أريد أن ينتهي أبداً.

قلتُ لها : قبل أن أتركك وأنصرف... أحبُّ أن أذكِّرك بكلماتنا الأولى... كيف نجعل من الحياةِ... حياة ؟

قالت : نعم، سأجعل من الحياةِ... حياة

اللِّقاء الثاني والعشرون
أفضل معلِّم

رأيتها...

فنظرت إليَّ نظرة عتاب قاسية، وقالت لي : لقد غبتَ عنَّي لفترة طويلة... انتظرتك كثيراً في الأسابيع الثلاثة الماضية، قلقت كثيراً، أحبُّ أن أقول لك أنَّ لقاءنا هو يوماً غير عادياً في حياتي. ألتمس منك الدواء لروحي والطمأنينة لعقلي، فأرجوك لا تغب عنِّي كثيراً.

قلتُ لها : فلتعذريني... إنَّها الحياة

قالت : نعم... بحرُ الحياة... إمَّا تقذفنا بأمواجها العاتية، أو تمتِّعنا بهدوئها الساحر.

قلتُ لها : ولكن حتى ولو وقعتِ وسط أمواجها العالية فإنَّها تخبرك أنَّك لابد أن تتعلَّمي كيف تتعاملين معها. ربَّما تتعلمين السباحة أو تجهِّزي كل ما يلزم للنجاة، ولكنها لا تريدك أن تغرقي فيها. تريدك أن تكونين أمهر في التعامل مع مثل هذه الأحداث... هكذا الحياة.

ولن نتعجَّب من قول سقراط : الحياة بدون اختبار هي حياة لا

تستحق الحياة.

ظلَّت صامتة تستمع إلي.

فتبعت كلامي وقلت : صفحات الماضي كثيرة منها المؤلم ومنها الممتع، ولو نظرنا للمؤلم في حياتنا لعلمنا أنَّ ما نحن عليه الآن وما بُني من شخصياتنا كان بسبب المؤلم منها وأيضاً الممتع، فكل موقف واجهته كان لغرض ما، ولكلِّ نكسة أو ألم أو نقص ما أو أشخاص سيِّئين دروس نتعلَّم منها... فالأزمات تقوِّينا... أهم شيء أن لا يقبل عقلك فكرة الهزيمة ويتخلَّى عن الاستمتاع بالحاضر مقابل الغرق في بحر الماضي.

ولتعلمي أنَّ الماضي هو أفضل معلِّم. استفيدي من دروسه لتتفوَّقي في الحاضر والمستقبل.

ظلَّت صامتة تستمع بشغف.

قلتُ لها : هذا هو الماضي بكلِّ ما فيه، بكلِّ اخفاقاته ودروسه ونجاحاته.

استمرَّ صمتها الغريب، ولكنَّني أعلم أنَّ عقلها ليس صامتاً. أدرك أنَّها في مرحلة إنهاء هزيمة الماضي لروحها.

قلتُ لها : أعلم أنَّكِ بالتغلُّب على هزيمة الماضي ستفوزين بروعة الحاضر، وستصنعين مستقبلاً باهراً.

وأخيراً حرَّكت شفتيها لتقول لي : لولاك لما كنت أحيا على هذه

الأرض... علَّمتني معنى الحياة.

أن لا أقبل الهزيمة، وأن أنهض وأستعد للفوز.

فاجأتني كلماتها البسيطة، ثمَّ قلتُ لها : أمَّا الحاضر !

رأيتها وقد اتَّسعت عيناها وقالت : نعم الحاضر

قلتُ لها : سنتحدَّث عنه في لقائنا القادم

قالت : الأسبوع القادم بلا غياب !

قلتُ لها : نعم...

تركتها وهي تنظر إلى أمواج البحر التي تتلاعب مع الصخور، ربَّما تتعلَّم أنَّ هذه الأمواج لن تقبل الهزيمة أو السكون أمام صمود الصخور.

اللِّقاء الثَّالث والعشرون
الحكمة

رأيتها...

فأطلَّت علي بابتسامتها الرائعة، ثمَّ قالت : أنا سعيدة برؤيتك هذا اليوم وأنتظر منك الكثير لأسمعه عن الحاضر الذي نعيشه، الحاضر المليء بالصراعات بين الناس بعضهم البعض، حتَّى الأخوة فيما بينهم ترى بينهم الصراعات على أشُدِّها، وأيضاً بين الأم والأب وأولادهم، فما بالك بالصراعات بين الآخرين؟!

ترى الكذب والنفاق والركض وراء المناصب، ولكن لديَّ سؤال يحيِّرني ؟!

قلتُ لها : وما هو ؟

قالت : لماذا...هناك شر ؟ لماذا لا يوجد الخير فقط ؟

ضحكتُ وقلتُ لها : ستعرفين حكمة وجود الشر والخير معاً في حياتنا من خلال حديثنا، ولكن أريد أن أسألكِ سؤالاً ؟

قالت لي : وما هو ؟

قلتُ لها : ألا يوجد في الحاضر غير الصراع ؟

تغيَّرت ملامحها سريعاً ثمَّ قالت : على العكس هناك الكثير الذي يسعدنا فأنا أسعد برؤية الطفلِ وهو يضحك. أفرح برؤية البحر والسحاب والسماء، أفرح لكلِّ عمل خير أعمله أو أجد غيري يفعله، أفرح لسعادة طفل ونظرة حب الأم لأولادها ونظرة عطف الأب على أسرته. أفرح للجمال الذي أبدعه الله عز وجل، أفرح للنور والحق والخير والأمل، أفرح للنجاح والتميُّز، ولكن قاطعتها وقلت لها : أكملي كلامك عمَّا يسعدك.

قالت : أسعد بالرزق أياً كان، أسعد عندما أؤدِّي فروض ربِّي، أسعد عندما أناجيه.

قلتُ لها : وهكذا الحاضر ستجدين فيه ما يسعدك وما يحزنك.

ثمَّ قلتُ لها : أتعرفين لعبة الكاراتيه ؟

ظهر على وجهها علامات الاستغراب ثمَّ قالت : نعم أعرفها.

قلتُ لها : هذه الرياضة لها قسمين (كاتا) و(كوميتيه) بالإضافة إلى الأساسيات.

(الكاتا) هي مجموعة من الحركات تؤدِّي بشكل متتابع وتفترض وجود أكثر من خصم في أكثر من اتجاه (قتال وهميّ).

أمَّا القسم الثاني (الكوميتيه) وهذا يشير للاشتباك الفعلي (قتال فعلي).

ظلَّت مُنصتة لكلامي، ثمَّ قلتُ لها : لو كنت بارعاً في القتال

الوهمي، فهل هذا معناه أنِّي بارع في القتال الحقيقي ؟

صمتت قليلاً ثمَّ قالت : فهمت قصدك

تريد أن تقول لي أنَّه لولا القتال الحقيقي؛ أي الصعوبات التي نقابلها لما كشفنا مدى براعتنا في إدارة هذه الحياة.

قلتُ لها : No test... No testimony

جميعنا يمكن أن يقول أنَّنا بارعين في إداراتنا للحياة، ولكن يأتي الاختبار فيظهر لنا حقيقة ذلك.

ابتسمت ابتسامة المدرك لحقيقة الأمر ثمَّ قالت : هكذا إذن !

قلتُ لها : نعم... والآن فلنكمل حديثنا في لقائنا القادم.

قالت : لماذا يمرُّ الوقت سريعاً ؟

ضحكت وقلتُ لها : نسبية اينشتاين.

قالت : نلتقي إذن في الأسبوع القادم.

وقبل أن أنصرف قلتُ لها : تمسَّكي بالحاضر.

هزَّت رأسها ثمَّ انصرفت.

اللِّقاء الرَّابع والعشرون
التمنِّي

رأيتها...

فقالت لي : كل عام وأنت بكلِّ الخير والسعادة.

قلتُ لها : لقد كتبت تهنئتي بالسنة الهجرية الجديدة لجميع أساتذتي وأصدقائي وزملائي بنفس تلك الكلمات.

قالت لي : نعم... أردت أن أقدِّم لك تهنئتي بنفس هذه الكلمات الرائعة لأنَّها تحمل كل الخير والسعادة وهذا ما أتمنَّاه لك ولي. كُلنا يتمنَّى أن تكون حياته مليئة بالخير والسعادة ولكن تبقى إحدى آمالنا.

قلتُ لها : ولما تقولينها هكذا كأنَّه من الصعب أن تحققيه.

قالت : الحاضر ليس مليء بالخير والسعادة... بل على العكس.

قلتُ لها : لقد سألتكِ من قبل؛ أليس في الحاضر غير الصراع ؟

وأجبتني بـ لا

ثمَّ تبعت كلماتي فقلت لها : أليس اليوم شديد الحرارة؟

نظرت إلي نظرة استغراب تحمل معنى أنَّني أتهرَّب من الحديث عن الحاضر وصراعاته.

ثمَّ أجابت : نعم...

ثمّ قلتُ لها : ألا تتمنِّين أن يأتي الشتاء؟

جاء ردَّها سريعاً جداً قالت : أتمنَّى هذا بأسرع ما يمكن، فأنا أحبُّ الشتاء كثيراً.

قلتُ لها : ولكن عندما يأتي الشتاء يضايقك برودته وأمطاره، ورعده، وبرقه.

ابتسمت وقالت : وكيف عرفت ذلك ؟!

هكذا نحن نبحث عن غير المتاح ونتمنَّاه وعندما نصل إليه لا نسعد به ونتمنَّى غير متاح آخر وهكذا.

وهذا يصلنا إلى أنَّنا لا نشعر بالسعادة أبداً، لقد قلت لكِ في المرَّة السابقة تمسَّكي بالحاضر.

قالت لي : ربما لم أستوعب معناها بعد..!

قلتُ لها : تمسَّكي بالحاضر. سأفسِّر لكِ معناها في لقائنا القادم، والآن !

قالت : ليس بهذه السرعة

قلتُ لها : كل عام وأنتِ بكلِّ الخير والسعادة، فلتسمتعي

بالحاضر رغم حرارة الطقس.

قالت : في انتظار لقاءنا القادم.

اللِّقاء الخامس والعشرون
التمسُّك

رأيتها...

فقالت : قل لي بسرعة ماذا تقصد بـ "تمسَّكي بالحاضر" ؟

قلتُ لها : لا تتعجَّلي... سوف أكلِّمك عن التمسُّك بالحاضر.

رأيتها وقد أمالت رأسها انتظاراً لكلماتي، قلتُ لها : الحاضر هو جوهر الروح... ستجدين روحك عندما تجدي حاضرك. أتتذكَّرين لِقاءاتنا الأولى وكلماتي عن بعض مظاهر الروح، وأيضاً عندما تفكي قيد روحك ستجدين الحياة، وهكذا تجعلين من حياتك... حياة.

رأيتها وقد ظهر على وجهها علامات الاستغراب، تبعت كلماتي وقلتُ لها : لما تستغربين كلامي...؟

عندما تعيشين الحاضر بكلِّ حواسك ستشعرين بروحك. نحن تائهون ما بين الماضي والمستقبل تتقاذفنا أمواج الماضي مرَّات وتتلقَّفنا شواطئ المستقبل مرَّات عديدة.

تائهون بينهم إمَّا حَزانى على ماضٍ ولَّى، أو خائفون من مستقبلٍ

آت... فأين الحاضر ؟

انظري لهذا البحر، تمعَّني في أمواجه وحركته وثورته. تمعَّني في لونه. استشعري هواءه، شُمِّي نسماته، اسمعي صوت ارتطام أمواجه بالصخور، ألمسي ماؤه. هكذا الحاضر الذي يجب أن تعيشين فيه.

عيشيه بكلِّ حواسك... بكلِّ نبضاتك، بكلِّ كيانك، وهنا فقط ستجدين روحك.

قالت بسرعة : من أروع الحاضر لو عشته بهذه الطريقة.

قلتُ لها : ابحثي عن الخير والحب والجمال، ستجدينها حتماً. صمتت طويلاً، قلتُ لها : سأتركك مع حاضرك الآن وألقاكِ في الأسبوع القادم.

تركتها وما زالت تنظر إلى البحر... ولكن ملامحها تدل على سعادتها.

اللِّقاء السَّادس والعشرون
سأكون بخير

رأيتها...

فاجأتني وقالت لي : سأسألك سؤالاً مهماً اليوم.

قلتُ لها : اسألي.

قالت : كيف تتعاملٍ مع حاضرك ؟ كنت أريد أن اسأل هذا السؤال منذ فترة، وأيضاً فرصة، لقد اشتقت أن تكلمنِّي عن نفسك.

أخذتُ نفساً عميقاً ثمَّ قلتُ لها : أواجه العديد من التحدِّيات في حياتي كما تواجهين وربما أكثر، ولكن أواجهها بيقين.. مهما حدث سأكون بخير... أثق أنَّ الله لم يخلق شيئاً عبثاً.. إنَّ ما أواجهه ربما لحكمة لا أعلمها الآن... ولكنِّي سأعلمها فيما بعد.

رأيتها وقد اتَّسعت عيناها، قلتُ لها : أتذكرينٍ عندما كنَّا أطفالاً. ربَّما سقطنا كثيراً عند تعلُّمنا المشي، وبكينا كثيراً، ولكننا لا نتذكَّر سقوطنا، بل ندرك أنَّنا واقفون الآن مرفوعي الرأس... هذا نتاج ألمنا وبكائنا..

انظري لهذا البحر، هذا الصديق العزيز؛ شكوت له كثيراً وما

زلت، وربَّما أكتب في مفكرتي أقصى ما يمكن أن أخشاه من أيِّ تحدٍ أواجهه وأجد اجابتي هي إجابة واحدة على كلِّ ما أخشاه، أتعلمين ما هي ؟

قالت : لا

قلتُ لها : أكتب ؛ "أكيد هزعل شويَّة... بس هكون بخير"

أكملت كلماتي بنبرة حادَّة، طالما أنَّني حي فهذه نعمة كبيرة... سأسعى ولن يخذلني ربِّي، ربما أحزن على شيءٍ فات ربما كنت أتمنَّاه ولكنّني أجد داخل كياني روحي تخبرني ستجدُ الأفضل.

قالت : معلمي الرائع؛ علمتني وما زلت، هذه الكلمات لن أنساها أبداً.

قلتُ لها : تذكَّري دائماً أنَّكِ ستكونين بخير مهما حدث، ثقي بالله فهو نعم الوكيل. سأتركك الآن، وأراكِ الأسبوع القادم.

تركتها... ولمٍ تنطق بكلمة واحدة... ولكنِّي أُدرك أنَّها ستفكُّ قيد روحها قريباً.

اللِّقاء السابع والعشرون
قصَّة جديدة

رأيتها...

وكعادتها تقابلني بنظرة العتاب عن عدم لقائنا الأسبوع الماضي، ولكنَّني لاحظت أنَّ لديها ما تحب أن تقوله.

قلتُ لها : واضح أنَّه لديكِ الكثير.

قالت : كلماتك التي قلتها لي... ما زال صداها يتردد في أذني "مهما حدث... سأكون بخير". ما هذه القوة التي أشعر بها بنطق هذه الكلمات ؟

قلتُ لها : عندما تدركين أنَّ القوة نكتسبها من الله عز وجل فلن تخشين شيئاً.

ولتعلمي أنَّ الله لن يرضى لنا إلَّا الخير فمهما بلغت التحدِّيات ستجدين الخير في أعقابها وستعرفين ما الحكمة من وراء ذلك.

فلتسمحي لي أن أحكي لكِ قصّة عن قصر، أروع ما تكون القصور وأرقاها في مكانٍ عالٍ بعيد، تحتضنه السُحب، لتصلي لهذا القصر لابد أن تصعدي عدداً كبيراً من درجات السلَّم التي يصعب

عدَّها، وعندما تصلي لآخرها تجدين ممر طويل على جانبه الأيمن مجموعة من الصور التي تتدلَّى من السُحب تحمل كل أحلامك وابداعاتك ومستقبلك الذي ترغبين أن تكوني فيه. وعلى الجانب الآخر تجدي صور أخرى تحمل أفكارك الحالية وحياتك التقليدية.

وفي نهاية هذا الممر نجد كومتين من أوراق الشجر إحداهما محترقة والأخرى برغم ووقوعها على الأرض لها ألوانها المتنوعة الرائعة.

نقترب من باب هذا القصر، هذا الباب الضخم تحمل ألوانه قمَّة التناسق وأعلاه مكتوب كلمتين (اختر لنفسك) أوبناءً على اختيارك سيفتح هذا الباب ظلَّت صامته عيناها تملؤها الحيرة مما سمعت أقالت لي : ما هذا ؟

قلتُ لها : سأفسِّر لكِ هذا في لقاءاتنا القادمة.

تركتها في حيرتها ولكنَّني أعلم أنَّ ذكاءها سيهديها إلى تفسير ما سمعت.

اللِّقاء الثَّامن والعشرون
القصر الرَّائع

رأيتها...

فقلتُ لها : أنتظر تفسيرك للقصَّة التي قلتها لكِ الأسبوع الماضي.

قالت لي : سأبدأ هذه القصَّة من درجات السُلَّم الكثيرة التي يصعب عدَّها.

عندما نريد الوصول لأيِّ هدف أو حلم علينا أن نسعى لذلك، وكلَّما بذلنا الكثير من طاقتنا في سبيل ذلك حتماً سنصل إلى ما نريد وليست تتحقق أهدافنا عندما نكون جالسين ننتظر المعجزة لنجعل أحلامنا تتحقق.

أمَّا كومتي أوراق الشجر، فالأوراق المحروقة تدل على أفكارنا السلبية والتي تحرقنا من داخلنا، وعكسها أوراق الأشجار الملونة الجميلة أمَّا باب القصر المكتوب عليه "اختر لنفسك" فهذا منطقي جداً أن ما تختاره لنفسك ستجده، فإذا اخترت الكآبة والحزن فسيُفتح لك الباب على مزيد من الكآبة والحزن وأمَّا إن اخترت الأمل والتفاؤل مهما واجهتك من صعاب فستجد الخير والفرح

قلتُ لها : لقد أحسنتِ التفسير، لذا فلتسمعي منِّي مدلول هذه القصة.

هذه القصَّة تحكي عن قصر من القصور الرائعة التي لا مثيل لها هذا القصر الرائع يمثِّل لنا العقل. رأيتها وقد هزَّت رأسها تأكيداً لذلك. تابعت كلماتي وقلتُ لها : العقل هو إحدى النعم العظيمة التي منَّ الله بها علينا نحن البشر، هذا العضو الصغير الحجم العظيم القدرة، والذي يعادل بقدرته ملايين أجهزة الكمبيوتر في إنتاج أفكار بأسرع وقت ممكن، يتبادل مع أجزاء الجسم المختلفة ملايين الرسائل العصبيةً في الثانية الواحدة ولا نستخدم إلَّا ١٠ ٪ فقط من إمكانياته.

قالت لي : نعم... فعلاً قصرنا الرائع الذي نهمله بشكلٍ كبير.

قالت لي : أتمنَّى أن تترك لي أن أكمل هذه القصَّة

قلتُ لها : تفضَّلي، ولكن مع لقاءنا الأسبوع القادم

قالت : سأستعد جيداً لأفسِّر لك باقي هذه القصَّة

قلتُ لها : وسأكون سعيداً بذلك.

اللِّقاء التَّاسع والعشرون
دعيها تَمُر

رأيتها...

قالت لي : سأكمل ما بدأته.

قلتُ لها : أنتظر إبداعاتك

قالت لي : لقد قلت لي أنَّ هذا القصر الرائع الراقي هو العقل.

أمَّا العدد الكبير من درجات السلَّم تعبِّر عن الأفكار الكثيرة التي تصل لهذا القصر. نظرت إلي تنتظر رأيي.

قلتُ لها : درجات السُلَّم الكثيرة تعبِّر عن أنَّ الطريق إلى العقل الراقي يحتاج إلى مجهود كبير، فعقولنا ربّما تكون مصدر سلامنا وسعادتنا أو تكون العكس.

نظرت إلي نظرة تحمل معنى أنَّها تحتاج لتفسير أكثر

قلتُ لها : عندما تواجهين تحدٍ ما، ماذا تفعلين ؟

قالت لي : أفكِّر في هذه المشكلة بكلِّ تفاصيلها حتى يصيبني الصداع ثمَّ أنام، أهرب من المشكلة بالنوم، ولكن لن أستطيع الهروب طويلاً فيصيبني الأرق ولا أستطيع النوم إلَّا قليلاً...

يصيبني الهم... ثمَّ القلق شبه الدائم حتى في أقلِّ الأمور. أقلق بشأنها، أتخيَّل أسوء ما يمكن، ويكون التفكير في التفكير... وهكذا أعيش في دائرة لا أجد مخرجاً منها.

قلتُ لها : وعلى العكس تماماً لو مررتي بتجربة سعيدة ربما تفكّرين فيها حتى يصيبك الأرق من فرط السعادة.

فالعقل قد يكون مصدر سعادة أو شقاء، لذا لكي تجعلي عقلك هو مصدر السلام والطمأنينة والسعادة يحتاج إلى مجهود كبير وهي درجات السُلَّم الكثيرة.

قالت لي : وكيف أجعل هذا العقل مصدر سلام لي ؟

قلتُ لها : دعيها تمر...

قالت لي : ماذا ؟

قلتُ لها : دعيها تمر... لو واجهتكِ أفكاراً سيئة فابتعدي عن التعمُّق فيها، تخيَّليها موجة من موجاَت الراديو، دعيها تمر، أو فكِّري في الحل ولا تتعمَّقي في المشكلة فكلَّما تعمَّقت في المشكلة انطفأت مصابيح الحل.

قالت لي : نعم... عندك حق.

صمتت قليلاً ثمَّ قالت لي : والآن بعد صعودنا هذه الدرجات... فأين سنصل ؟

قلتُ لها : يكفينا ما قلناه هذا اليوم ولنكمل في أسبوعنا القادم.

قالت لي : سأنتظرك بكلِّ شغف.

اللِّقَاء الثلاثون
لا تنطفئ

رأيتها...

فقالت لي : وصلنا إلى أعلى درجات السُلَّم، ولكن قبل أن ننطلق في الممر أريد أن أسألك سؤالاً مهماً ؟

قلتُ لها : وما هو ؟

قالت لي : ربما نواجه مواقف في الحياة نشعر فيها بالمعاناة، أشعر أنَّني داخل دائرة لا مخرج منها.

أكملتُ كلماتها وقلتُ لها : تشعرين أنَّ الآخرين ضدك، تشكين في كل من حولك، تشعرين أنكِ الوحيدة في هذا العالم التي تعانى.

قالت : نعم... نعم... ولكن... ماذا أفعل ؟

قلتُ لها : المعاناة... تشعرين معها بتكرار الألم، وتتقلَّب المواقف أكثر من مرة داخل عقلكِ، وتشعرين أنَّه حتى ولو كانت هناك بعض الأمور المفرحة تحولِّينها إلى آلام. هزَّت رأسها بالإيجاب... أكملت حديثي وقلتُ لها : ولكن هناك حل !

قالت : وما هو... أرجوك... قل لي بسرعة ؟

قلتُ لها : الآخر...

نظرت إليَّ نظرة استغراب وقالت : الآخر !!

قلتُ لها : نعم... الآخر

عندما تشعرين بالمعاناة تتمحور كل الآلام حول نفسك، فأنتِ في دائرة الألم... لذا كيف تخرجين منها ؟

اتَّسعت عيناها منتظرة كلماتي.

قلتُ لها : مساعدة الآخر... ابحثي عن أشخاص يحتاجونك وقدّمي لهم المساعدة أياً كانت، فأنت لست وحيدة في هذه الحياة، هناك الكثير يحتاجونك في هذه الدنَيا، ربَّما كلمة تخفف عنهم أو تشجعهم أو تعطي لهم الأمل، حينها وحينها فقط ستنفك دائرة الألم، وستشعرين بأنَّه ما زالت هناك روح، وأقول لكِ إحدى الكلمات الجميلة لجلال الدين الرومي، قال : لا تنطفئ، ربما كنت لأحدهم سراجاً وأنت لا تشعر.

وقال أيضاً : كن مصباحاً... كن قارباً... كن سُلماً... كن شفاءً... للأرواح التائهة.

رأيتها وكأنَّها اكتسبت طاقة من النور تسري في جسدها وانتهت بعينيها.

قلتُ لها : فلنكمل حديثنا الأسبوع القادم.

هزَّت رأسها ثمَّ انطلقت في طريقي.

اللِّقاء الحادي والثلاثون
الممر

رأيتها...

فقالت لي : ما زالت كلماتك الأخيرة في لقائنا السابق تتردد في ذهني، وما أجمل أن تكون حياتنا يملؤها العون والعطاء، وما أروع كلمات جلال الدين الرومي " كن مصباحاً... كن سلماً.. كن قارباً... للأرواح التائهة. "

قلتُ لها : مساعدة الآخر تفكُّ دائرة المعاناة.

قالت لي : فلنكمل قصَّتنا.

قلتُ لها : صعدنا درجات السلَّم ووصلنا إلى الممر والذي يحوي أشياء عديدة. على جانبه الأيمن مجموعة من الصور التي تتدلَّى من السُحب تحمل كل أحلامك وإبداعاتك ومستقبلك الذي ترغبين أن تكونيه وعلى الجانب الآخر تجدين صور أخرى تحمل أفكارك الحالية وحياتك التقليدية.

ثمَّ قلتُ لها : هذا ما نحمله في عقولنا الماضي والحاضر والمستقبل، ونتاج هذا أوراق الأشجار والتي إمَّا أوراق محروقة أو أوراق بألوان

رائعة الجمال، فنتاج ماضينا قد يحرق حاضرنا ومستقبلنا، أو يكون في أبهى صورة، فالماضي لو تعاملنا معه بأنَّه محطَّات للتعلُّم والخبرة في قطار حياتنا، فسيكون الحاضر والمستقبل في أروع ما يكون. ما تربَّينا عليه في الماضي يحدد طريقة تفاعلنا مع الحياة ولكن في الحاضر لكِ القرار إمَّا أن تستمري على نهج الماضي أو تغيرينه، فقط اختاري ما تشائين وهنا نصل إلى الكلمات المكتوبة على باب القصر وهي أهم كلمتين (اختر لنفسك).

ظلَّت صامتة تنصت لكلماتي بشغف ثمَّ قالت: رائع... وأنا فعلاً أغيِّر الآن حاضري بغض النظر عن ماضيّي المؤلم، وهذا ما بدأت أحققه في حياتي، ولكنَّني تعلَّمت منك أنَّ الحياة لن تسير على منوالٍ واحد.

قاطعتها وقلتُ لها: نعم... ولكن ما زال لدينا الكثير لنؤكده، والآن فلنكمل في لقائنا القادم، فلديَّ أمر مهم جداً.

قالت لي: كلماتك تنير لي طريق حياتي. أشكرك كثيراً.

قلتُ لها: إلى اللقاء.

اللِّقَاء الثَّاني والثلاثون
الاختيار

رأيتها...

وكانت تشعُّ سعادة...

قالت لي : لقد وصلنا إلى باب القصر والذي مكتوبٌ عليه "اختر لنفسك"، ماذا يعنى ذلك ؟

قلتُ لها : فلتخبريني أولاً؛ ما سرُّ هذه السعادة التي أراها في عينيكِ ؟

قالت لي : هناك تغيير مهم يحدث في حياتي، بدأت أدرك أنَّ الحياة لا تحتاج كل هذه المعاناة والمصاعب والتي ربَّما نضعها أمامنا كالأسوار العالية والتي تمنعنا عن رؤية كلَّ شيءٍ جميل فيها.

ابتسمتُ وقلتُ لها : ها قد وصلنا أخيراً.

ضحكتْ وقالت لي : نعم... ما أصعب لحظات الألم وما أمتع فترات السعادة.

قلتُ لها : فالحياة لن تخلو من الطعمين المر والحلو، فطعمها المر لن ينسينا طعمها الحلو ولا يمنعنا من صنع طعمها الحلو.

قالت لي : هذا ما أدركته أخيراً بعد كلِّ كلماتك لي.

قلتُ لها : أنا سعيدٌ بذلك، فلنكمل قصَّتنا؛ لقد وصلنا إلى باب القصر الرائع والذي مكتوبٌ في أعلاه "اختر لنفسك"

"اختر لنفسك" أهم كلمتين في حياة أيِّ إنسان، أي اختيار هو قرار، وأي قرار يتبعه موقف، وأيّ موقف هو جزءٌ من حياتك، لذا... الحياة قرار... تأخذينه بنفسك، إمَّا أن تختاري أن تبقين داخل الشرنقة أو تخرجين منها.

وهذا كلُّه يُصنع داخل هذا القصر الرائع، أي داخل عقولنا قبل أن نوجده في الواقع.

قالت لي : ما أروع كلماتك.

قلتُ لها : هذا ليس كل شيء، فلنكمل في لقائنا القادم.

قالت لي : لماذا ؟ لماذا لا يطول هذا اللقاء ؟ فلن ينتهي شغفي بكلماتك.

قلتُ لها : كل لقاء هو درجة من درجات السلَّم التي توصلك إلى ما ترغبين فقط.

انتظري

قالت لها : سأنتظر لقاءنا القادم.

اللِّقاء الثَّالث والثلاثون
الخلطَة السحريَّة

رأيتها...

فقالت لي : أريد أن أسألك سؤالاً !

ابتسمت وقلتُ لها : أنتِ تسألين كثيراً.

ضحكت وقالت : يبدو أنَّني لم أدرك معاني الحياة بعد، أرجوك قل لي : ما هي الحياة ؟

قلتُ لها : الحياة لها معانٍ كثيرة ولكن نُكَوِّن معناها بما ندركه منها وما يتوافق مع حالتنا وقتها.

فمثلاً عندما تكون حالتنا المزاجية متميِّزة، نرى كل خطأ أو شر هو خير أو سيتبعه خير.

وإذا كانت حالتنا سيِّئة، نرى كل صواب أو خير هو شر متخفِّي وذو نيَّة شريرة.

هكذا نحن متقلِّبون في مشاعرنا ويتأثَّر إدراكنا بمشاعرنا... هل تفهمين ذلك ؟

قالت لي : كلماتك عميقة جداً... أستوعبها وأفهمها جيداً.

تريد أن تقول لي أنَّ مفهومي للحياة هي نظرتِي لها وهذا يتكوَّن داخلي، فإذا تغيَّرتُ من داخلي ستتغيَّر نظرتي لكلِّ شيء من حولي.

قلتُ لها : أحسنت... وعندما تتغيَّر نظرتك ستتغيَّر حياتك، يجب أن تعلمي أنَّ اَلخير والشر، الجمال، القبح، النور، الظلام، الحب، الكره، الأمل واليأس...

كل هذه المفاهيم هي خلطة الحياة السحريَّة والتي تشعرك بالحياة.

ضَحِكت وقالت لي : خلطة الحياة السحريَّة تعطي لنا طعم للحياة.

ضحكتُ وقلتُ لها : هكذا هي...

قالت لي : لقد وصلنا إلى باب القصر فماذا يوجد داخله ؟

قلتُ لها : هذا ما سنكمله في لقائنا القادم.

ابتسمت وقالت : سأنتظرك...

تركتها وأنا أعلم أنَّها تخطو بكلِّ قوَّة نحو فكِّ القيد عن روحها.

اللِّقاء الرابع والثلاثون
هل هناكَ أمل؟

رأيتها...

قلتُ لها : لقد وصلنا إلى باب القصر والمكتوب عليه "اختر لنفسك"

قالت لي : ولكنِّي !...

ظهر عليها علامات القلق والتردد

قلتُ لها : لديكِ شيء ما ؟

قالت : نعم... مترددة في أن أسألك سؤالاً.

قلتُ لها : لماذا أنتِ مترددة هكذا ؟ اسألي ما شئتِ وسأجيبك.

قالت لي : لا أريدك أن تغضب منِّي، ولكن هل فعلاً هناك أمل في هذه الحياة ؟

صمتُ كثيراً لكي أستوعب هذا السؤال الخطير.

قلتُ لها : وماذا يتبقَّى لنا في الحياة إذا لم يكن فيها أمل ؟

قالت لي : لعلَّ حياتي لم تكن كما أريد، مليئة بالآلام بدءًا من

قسوة أم، وإهمال أب، وتشتت عائلة، ومجتمع يتصادم مع قيمنا وأخلاقنا... وليس هذا فحسب... كما أنِّي لا أجد نفسي، لا أعيش طموحي وأحلامي. عندما أريد أن أنهض وأتحرَّر من قيودي تأتيني الآلام لتقيدني مرَّة أخرى. لا أستطيع الوقوف على قدمي، هذا بعض مما أعيشه، ربَّما كل يوم أو كل ساعة.

بعدما أكملت كلماتها رأيت دمعة تنساب من عينيها تريد أن تخفيها عنِّي.

انتظرتُ قليلاً وقلت لها : لا أجد رداً لكِ ولكن أريد أن أحكي لكِ عن بعض الشخصيات ممن واجهوا نَفس آلامك وربما أكثر بكَثير.

إحدى هذه الشخصيات "إليزابيث موراي" هذه طفلة أمريكية ليس لها ذنب في أن يكون والديها مدمنين. كانت أمها تأخذ ملابسها لتبيعها لتحصل على جرعة من المخدَّرات. حياتها مليئة بالقسوة والإهمال وأيضاً الديون حتى توفيَّا والديها وأصبحت مشرَّدة تماماً بلا مأوى.

صمتتُ قليلاً ثمَّ قلت لها : من أصعب حالاً... ظروفك وحياتك أم ظروفها وحياتها ؟

ربَّما بكلِّ آلامك تجدين المأوى، تجدين قطعة خبز ربما لا يجدها غيرك، وقد يسرقها لتسدَّ جوعه، تجدين شربة ماء، ربَّما غيرك يُمنع منها، تجدين الدفء في الشتاء، ربَّما غيرك تتكسَّر عظامه من البرد.

تجدين من يقدِّم لكِ العون وغيرك يخشى النَّاس أن يقتربوا منه.

رأيتها وقد صوَّبت نظرها إلى الأرض، لا تعرف ماذا تقول ؟

قلتُ لها : ربَّما هذه البداية، ولكن ليست كل بداية، تخط مصيراً للنهاية.

من حياة التشرُّد إلى...

هذا ما سنكمله في لقائنا القادم.

قالت لي : لا... أريد أن أعرف ماذا حدث بعد ذلك ؟

قلتُ لها : ماذا تتوقَّعين ؟

قالت : ربما إمَّا مدمنة أو سارقة وسينتهي بها المطاف إمَّا للموت أو السجن.

قلتُ لها : لا

قالت : ماذا ؟! فأنا متشوِّقة لأن أعرف ماذا حدث بعد ذلك ؟

قلتُ لها : ستعرفين في لقائنا القادم.

قالت لي : أشكرك... بعد كلماتك هذه أجد لي بعضاً من الحياة، أنت تعطيني الأمل.

اللِّقَاء الخامس والثَّلاثون
المفتَاح

رأيتها...

فقالت لي : أنا متشوِّقة لأعرف ماذا حقَّقت إليزابيث ؟ ماذا بعد حياة التشرُّد ؟

قلتُ لها : لقد سألتك ماذا تتوقعين ؟ وقلتِ لي : ربَّما مدمنة أو سارقة وسينتهي بها المطَاف إمَّا بالسجن أو الموَت.

نعم شخص بهذه الظروف سوف ينتهي به الأمر كذلك هي كالمعادلة، ولكن يبقى شيءٌ واحدٌ فقط خارج نطاق هذه المعادلة.

قالت لي : وما هو ؟

قلتُ لها : الإرادة.

تلك القوَّة المتفجِّرة من داخلنا والتي تستطيع أن تحوِّل الضعف إلى قوَّة والخوف إلى أمان والفشل إلى نجاح.

ظلَّت صامتة وأكملت كلماتي :

الإرادة... هي المفتاح السحري لأيِّ نجاح

قالت لي : نعم... المفتاح السحري

قلتُ لها : هذا المفتاح السحري حقَّق ما لا تتوقعينه.

قالت : ماذا ؟

قلتُ لها : إليزابيث... من حياة التشرُّد إلى هارفارد

رأيتها ووجهها تعلوه ملامح الدهشة التي لم آرها من قبل.

قالت : هارفارد ! أكبر وأعرق جامعات العالم!

قلتُ لها : نعم... هارفارد، تلك الجامعة التي يتمنَّى أي شخص أن يحصل على الدكتوراه منها، ومنهم أنا.

قالت لي : كيف ؟

قلتُ لها : هذا ما سوف نتحدَّث عنه المرَّة القادمة.

تركتها مع دهشتها وحيرتها حتَّى لقاءنا القادم.

اللِّقاء السَّادس والثلاثون
من... إلى...

رأيتها...

فقالت لي : أرجوك قل لي ماذا فعلت "اليزابيث" لتصل بحياتها من التشرُّد إلى هارفارد ؟

قلتُ لها : بكلِّ بساطة، عندما ترغبين في فعل شيء ما وتعزمين على فعله ستجدين حتماً من يعينك ويوصلك إلى برِّ الأمان وهذا ما وجدته إليزابيث.

قالت لي : فعلاً..

قلتُ لها : تعرَّفت إليزابيث على فتاة صغيرة شجَّعتها على أن تلتحق بالمدرسة وكانت المدرسة مجانيةً ومخصصة للمحرومين، التحقت بها وأصبحت تدرس في الشوارع، وداخل محطَّات مترو الأنفاق ثمَّ أكملت دراستها الثانوية.

وحصلت على مبلغ سنوي لتفوِّقها في الدراسة ثمَّ حصلت على منحة تقدِّمها صحيفة "نيويورك تايمز" إلى الطلاب المتميزين في جامعة هارفارد وتحوَّلت حياة الطفلة المشرَّدة لأبوين مدمنين

إلى حياة أخرى تماماً أصبحت مصدر إلهام للعالم أجمع وتمَّ اطلاق فيلم بطولتها "هي" تحت عنوان "من التشرُّد لهارفارد" "Homeless to Harvard".

رأيتها وكانت عيناها تملؤها الدهشة مما أقول.

قالت لي : ما أجملها وما أعظم قدرة الله... يمنحنا كل الفُرص لنكون أفضل حتَّى وإن كانت الظروف الحالية ليست على ما يرام.

قلتُ لها : نعم... ليست كل بداية تعطي دليلاً مؤكداً على النهاية.

قالت لي : مهما قلت فلا أجد نفسي إلَّا في ظروف أفضل منها، ولكنَّني لا أملك الإرادة لأغيِّر حياتي.

قلتُ لها : ولكنَّك تستطيعين إذا أردتِ.

رأيتها وكأنَّها تستعيد ذكريات حياتها.

قلتُ لها : يكفينا هذا ونكمل في لقائنا القادم.

تركتها وهي تبحث في ماضيها على ما يمدَّها بالقوَّة.

اللِّقَاء السَّابع والثلاثون
أسوأ عدو

رأيتها...

قالت لي : لقد أثَّرت بي قصَّة إليزابيث، ولكن كيف أستطيع أن أحقِّق ما أريد ؟

قلتُ لها : إجابة هذا السؤال... بقدر صعوبتها... سهولتها.

قالت لي : أعلم أنَّ إجابتها سهلة ولكنِّي أعلم أنَّ تنفيذها يحتاج منِّي التصميم على تنفيذها.

قلتُ لها : نعم... فهل أنتِ مستعدِّة لذلك ؟

صمتت قليلاً وظهر على وجهها علامات القلق والتردُّد

قلتُ لها : واضح أنَّكِ غير مستعدة لذلك.

قالت لي : أخشى التغيير.

قلتُ لها : وهذا طبيعي... فأيّ تغيير هو مصدر قلق. نتساءل؛ هل سننجح، أم لا ؟

قالت لي : نعم... هذا ما أفكِّر فيه مباشرةً عندما أبدأ خطواتي

الأولى لأيِّ شيء أرغب فيه.

قلتُ لها : وهذا هو السؤال الخاطئ، فليس السؤال هل سأنجح، ولكن يجب أن يكون السؤال : ما الذى يمنعني من النجاح ؟

رأيتها وقد تبدَّلت ملامحها، ثمَّ قالت : فعلاً، ما الذي يمنعني من النجاح ؟

قلتُ لها : لا شيء إلَّا أنتِ

ظهر على وجهها علامات الدهشة، قلتُ لها : نحن أسوأ عدو لأنفسنا، نُحمِّل الآخرين نكساتنا وإخفاقاتنا ونحن السبب. لا نملك الطاقة ولا العزيمة على المواجهة، نتمنَّى كل شيءٍ أن يتحقق لنا دون أن نتحرَّك، نطلب وندعو أن تمطر السماء ذهباً ولن يحدث هذا ؟

رأيتها وقد بدا على ملامحها الحزن

قلتُ لها : ولكن نحن لها، سنواجه أنفسنا وأخطاءنا وسنتغلَّب عليها.

قلتُ لها : أمَّا الآن يجب أن أرحل

قالت لي : سأنتظرك ولا تتأخَّر ولا تعتذر، فأنا أحتاج إليك.

قلتُ لها : لا تقلقي.. وعلى لقائنا إن شاء الله.

تركتها منتظرة لقاءنا القادم تستجمع له قواها.

اللّقاء الثّامن والثلاثون
استمتع

رأيتها...

فقالت لي : ما أجمل الشتاء رغم برودته، ولكن تساقط المطر يشعرني بالحياة.

قلتُ لها : المطر، والبحر، والهواء، والسماء، والروح الطيبة تكفي الحياة.

صمتت صمتاً غريباً. شعرت أنَّ ما سمعته قليلٌ جداً ولكنَّها تعي كل معنى فيها جيداً.

قلتُ لها : فلنعش الحياة بأجمل لحظاتها ولنستمتع بالمطر.

اللِّقاء التَّاسع والثلاثون
دوَّامة الحياة

رأيتها...

فقالت لي : يبدو أنَّ الشتاء منعك من لقائنا الأسبوع الماضي.

قلتُ لها : لن يمنعني الشتاء ولكن ربَّما منعتني أمور كثيرة عن الحضور.

قالت لي : ما لي أراك حزيناً ؟!

قلتُ لها : ربَّما بعض أحداث الحياة تؤلمنا وتدخلنا في دوَّامات تسحبنا إلى القاع.

قالت لي : ولكنِّي أستمد منك الأمل والتفاؤل، فكيف أراك هكذا؟

قلتُ لها : هكذا هي الحياة... تأتي بعد أحداثها التي تشغلنا عن أمور مهمة نريد تحقيقها، ولكن برغم مرارتها فهي أفضل معلِّم لنا، لن تأتينا هذه الأحداث هباءً بل لها الكثير من الحكمة.

قالت لي : لقد علَّمتني من قبل تلك الجملة الرائعة أنَّه "مهما حدث.. سأكون بخير"

قلتُ لها : نعم تلك الجملة تحمل من القوة الكثير، تحمل قوَّة اليقين وقوَّة الثبات وقوَّة العزم، تحمل ثقة بالله أنَّه مهما حدث فلن يرد الله لنا شراً.

قالت لي : سأقول لك حديث الرسول صلى الله عليه وسلَّم : "احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألتَ فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أنَّ الأمة لو اجتمعت على أن ينفعـوك بشيء لم ينفعوك إلَّا بشيءٍ قد كتبه الله لك، وإن اجتمعوا على أن يضرُّوك بشيء لم يضرُّوك إلَّا بشيءٍ قد كتبه الله عليك، رُفعت الأقلام، وجفَّت الصحف"

أكملت حديثها وقالت لي : لن يضيُّعك الله وسيكون حافظك... فقط لا تستسلم... واصنع طريقك الرائع ألا تنسى أحلامك وآمالك فهي الأولى بالاهتمام. عدني أن تكسر دائرة الحزن هذه.

قلتُ لها : أعدك وأشكرك على كلماتك.

قالت لي : لقد ساعدتني كثيراً.. وهذا بعض من كثير قدَّمته لي على لقائنا الأسبوع القادم، وأنا على يقين بأنَّ الحال سيتبدَّل وأنَّ مع العسر يسرا.

تركتها وأنا أتعجَّب من كلماتها التي منحتني إيَّاها.

اللِّقاء الأربعون
الفَجر

رأيتها...

قالت لي: يبدو عليك أنَّك تحسَّنت كثيراً عن لقائنا السّابق.

قلتُ لها: نعم، وأشكرك... ربَّما الحياة تفاجئنا بما لا يخطر على بالنا، ربَّما نكون غير مستعدِّين للمواجهة، وربَّما مشغولون بأمور أخرى أكثر أهمية، لكنَّها الحياة بأمواجها وتقلُّباتها تشغلنا عن شيءٍ بشيء آخر، ولكن لا نفقد ثقتنا بالله. نستعد ونتأهَّب ونعلم أنَّها من سُننٍ الله في خلقه، وأنَّ الفجر لا محالة سيبزغ، وسترى الزهور ضياء الشمس حتَّى وإن طالت العتمة.

قالت لي: هذا ما أعرفه عنك، بداخلك روح الأمل مهما كانت الظروف والتحديات.

قلتُ لها: يكفينا لقائنا القصير هذا، وألقاكِ الأسبوع القادم.... كل عام وأنتِ بخير وسعادة.

قالت لي: دائماً أدعو لك بكلِّ الخير.

اللِّقاء الواحد والأربعون
عامٌ مضى

رأيتها...

قالت لي: كل عام وكل يوم وكل لحظة في حياتك وأنت سعيد وبخير دائماً... أتعلم أنَّ لقاءاتنا هذه بدأت منذ سنة؟

نظرتُ إليها نظرة استغراب وقلتُ لها: أتتذكَّرين بداية لقائنا؟!

قالت لي: وكيف لي أن أنساها؟

قلتُ لها: أتتذكَّرين أوَّل سؤال لكِ؟

قالت لي: نعم... (كيف نجعل من الحياةِ... حياة؟)

قلتُ لها: نعم... لقد سألتني عن الحياة والروح، سألتني عن الماضي والحاضر والمستقبل، سألتني عن الآلام والأحلام والآمال.

ضحكت وقالت لي: عامٌ مليءٌ بالأسئلة، لكنَّه عام بالنسبة لي مليء بالحياة. أشعر بروحي حتَّى وإن كانت لم تعد لي بشكلٍ كامل ولكنَّك قدَّمت لي الكثير.

قلتُ لها: عامٌ مليءٌ بالحياة... نعم، الخير والشر، الجمال والقبح، النور والظلام، الحب والكره، الأمل واليأس.. كما قلتُ لكِ من

قبل (خلطة الحياة السحريَّة).

رأيتها وقد نبضت ملامحها بالحياة وكأنَّها زهرة تفرح وتتمايل لهطول المطر أو ملامستها لأشعة الشمس.

قلتُ لها : وهكذا ستستمر لقاءاتنا للعام الثاني. نبحث فيها عن أرواحنا، نعيش فيها التحدِّي، يملؤنا اليقين بالله. نعيش كل تجاربها وستبقى الحياة تطلُّ بخبراتها علينا لنتقدَّم حتَّى نحقق ما نريد.

قالت لي : سأنتظرك في الأسبوع القادم لنبدأ رحلة جديدة في حياتنا.

اللِّقَاء الثاني والأربعون
الموجُود والمفقُود

رأيتها...

قالت لي : ما أقسى برودة هذا الشتاء ؟

قلتُ لها : نعم... البرد قارس، تلاعبنا تقلُّبات الجو فنقع في شِباك نزلات البرد.

قالت لي : واضحٌ عليك المرض.

قلتُ لها : أتعلمي برغم مرضي ولكنَّني من برد الشتاء تعلَّمت شيئاً مهماً.

قالت لي : وما هو ؟

قلتُ لها : حياتنا كفصول السنة، يأتي الشتاء فنأمل في صيف أفضل، ويأتي الصيف فنأمل في شتاءٍ أروع، ويأتي الربيع فنتمنَّى الخريف، ويأتي الخريف فنفتقد الربيع، لكنَّني تَعَلَّمت أنَّه مهما كانت فصول حياتنا التي نمرُّ بها يجب أن نكون أكثر قوة وشجاعة وحكمة في التعامل معها... نستعن بالله فلا ننزعج ونقبل التحدِّي، فحتماً لن يدوم أياً من هذه الفصول للأبد.

صمتت كثيراً... تتأمَّل معاني هذه الكلمات.

قلتُ لها : سأترك مع هذه الكلمات البسيطة وأراكِ الأسبوع القادم.

قالت لي : أتمنَّى لك الشفاء... نعم كلماتك بسيطة ولكن معانيها رائعة جداً.

اللِّقاء الثالث والأربعون
لنْ يدُوم

رأيتها...

قالت لي : كلماتك الرائعة التي أخبرتني بها الأسبوع الماضي كانت تطمئنني خلال هذا الأسبوع.

قلتُ لها : كيف ذلك ؟

قالت لي : عندما قلت لي أنَّه مهما كانت فصول حياتنا التي نمرُّ بها، يجب أن تكون أكثر قوة وشجاعة وحكمة في التعامل معها، نستعن بالله فلا ننزعج ونقبل التحدِّي فحتماً لن يدوم أياً من هذه الفصول للأبد.

أكملت حديثها وقالت لي : عشت أياماً عصيبة من تقلُّبات الجو خلال هذا الأسبوع ولكن مع شدَّة البرد وكثرة المطر كان كل من يراني يرى ابتسامة على وجهي. كانت تلفت نظر كل من يراني.

قلتُ لها : وما سبب هذه الابتسامة ؟

قالت لي : كلماتك السابقة... عندما أنهيتها بأنَّه حتماً لا يدوم أياً من هذه الفصول للأبد، أجد اليوم وقد تحسَّن واختلف عن الأيَّام

السابقة.

قلتُ لها : لقد تعلَّمتِ الدرس... هذه هي الحياة كنبضة القلب عندما ترسمها الأجهزةَ الطبيَّة الخاصة بذلك، ترتفع ثمَّ تنخفض ولو ثبتت على خطٍ مستقيم تعلن انتهاء الحياة.

قالت لي : حقاً إنَّها الحياة.

قلتُ لها : يكفي هذا وأراكِ الأسبوع القادم... مع الحياة

اللِّقاء الرَّابع والأربعون
الأَماني

رأيتها...

قلتُ لها : أتعلمين مع برودة هذا الشتاء وتقلُّباته وما نتمنَّاه من أجواءٍ أفضل... تخيَّلت شيئاً...

قالت لي : وما هو ؟!

قلتُ لها : لو وجدنا مصباحاً سحرياً يخرج منه عفريت يحقق لمن يجده ثلاث أماني فقط، عدا طلب الموت والحياة لأي شخص.. تُرى ماذا تطلبين منه ؟

صمتت كثيراً وأطالت صمتها حتى اعتقدتُ أنَّها لن تجيبني.

وفي النهاية قالت لي : أصعب سؤال سألته لي منذ لقائنا.

وأكملت حديثها وقالت : أتمنَّى... أتمنَّى... ثمَّ صمتت مرَّة أخرى.

قالت : عندما أتمنَّى شيئاً أجدُ شيئاً آخر أفضل فأتمنَّاه فأجد أمنية أخرى أروع... فأتمناها... لو تمنَّيت الحب والسعادة والغنى، فهل تعتقد أنَّ حياتي ستكون أفضل ؟ ولو تمنيت العلم والحكمة

والشهرة، فهل تصبح حياتي أسعد ؟ احترت... ماذا أتمنَّى ؟

قلتُ لها : هكذا نحن في أغلب الأوقات... لو أتيحت لنا فرصة تحقيق أحلامنا وأمنياتنا لأحترنا بــ أيِّها نختار وبأيِّها نبدأ وأيَّها نؤجِّل... وهكذا في حياتنا، ولكن أي أمنية في حياتنا نستطيع أن نحققها بدون أي مصابيح سحرية وبدون أي عفاريت.. نحتاج فقط إلى قلبٍ وروح.

قالت لي : قلبٌ وروح فقط ؟!

قلتُ لها : نعم... وهذا ما سأخبركِ به في لقائنا القادم.

قالت لي : أنتظرك من الآن... فلعلَّ الوقت يمضي سريعاً حتى ألقاك.

اللِّقَاء الخامس والأربعون
البُوصلة

رأيتها...

فقالت لي : أرجوك قل لي بسرعة... كيف ؟

كيف نستطيع تحقيق أي أمنية في حياتنا بدون أي مصابيح سحرية أو عفاريت، فقط نحتاج إلى قلب وروح ؟

قلتُ لها : سأجيبك

فعلاً نحتاج إلى القلب، فالقلب هو المحرِّك لتحقيق أي أمنية، والروح هي البوصلة التي توجهنا نحو طريق تحقيق أي أمينة.

صمتت قليلاً تتمعَّن في المعنى، ولكن تبدَّلت ملامحها ولمعت عينيها وهزَّت رأسها إيجاباً.

قالت لي : نعم... قلبٌ وروح

ولكن أين العقل ؟

قلتُ لها : أتعلمي ربّما تعطي الروح لنا الحلول للكثير من مشاكلنا، وعندما نعود إلى فطرتنا سنجد الإجابة على كثير من الأسئلة التي لا يستطيع العقل الإجابة عنها.

أكملت حديثي :

فلتفتحي قلبك وروحك على الحب والسعادة والخير والأمل، فربَّما الكثير من مشاكلنا سببها أنَّنا اعتمدنا على العقل فقط.

قالت لي : قلبٌ وروح... ربِّي أكسبني قلباً لا يهدأ حتى أحقق ما أريد وروحاً ترشدني وسط أمواج الحياة إلى ما أريد.

قلتُ لها : وهكذا ستكونين ما تريدين

قالت لي : كل عام وأنت بألف خير وسعادة وفرح ومتعة وهناء... عيد ميلاد سعيد

قلتُ لها : وأنتِ بخير وسعادة

قالت لي : ماذا تمثِّل لك هذه اللحظة في حياتك ؟

قلتُ لها : هي لحظة ميلاد جديدة، ربما نحتاج في حياتنا أن نضع نقطة في نهاية جملة الماضي لنستطيع أن نكتب جمل الحاضر والمستقبل.

قالت لي : وما الجديد في حياتك ؟

قلتُ لها : شع... حياة

قالت لي : ماذا ؟

قلتُ لها : وهذا ما سأخبرك عنه في لقائنا القادم.

اللِّقَاء السَّادس والأربعون
ما هو الحُب؟

رأيتها...

قالت لي : لقد غبت عنِّي الأسبوع الماضي

قلتُ لها : أعتذر لمرضي ولكنَّني لم أنسَ ما انتهينا به في لقائنا السابق.

قالت لي : شع... حياة

قلتُ لها : نعم... شع... حياة، كلمتين لهما معنى كبير.

قاطعتني وقالت لي : اليوم هو عيد الحب... فما هو الحب ؟

فاجأتني بسؤالها وظللت صامتاً لفترة أبحث لها عن معنى للحب.

قلتُ لها : لو أردنا أن نقول ما هو الحب لتبخَّرت الكلمات والمعاني لأنَّ الكلمات لن توافيه حقَّه، ولكن الحب ما تشعره لا ما تسمعه، فالبعض كلمة الحب لديهم كلمة تكررها مثل ذكر أسمائهم، يضيعون قيمتها ومكانتها، ولكن الحب ليست كلمة، فالحب برهان لا يخطئه القلب ولا العقل ولا الروح.

لا أجد أجمل من كلمات جلال الدين الرومي عن الحب حيث قال :

الحب هو أن تميل بكلِّك إلى المحبوب ثمَّ تؤثره على نفسك وروحك ومالك ثم توافقه سراً وجهراً ثمَّ تعترف بتقصيرك في حبِّه.

إنَّ الحب هو الذي يحوِّل المر حلواً والتراب تبراً والكدر صفاءً والألم شفاءً والسجن روضة، وهو الذي يلين الحديد ويذيب الحجر ويبعث الميت وينفخ فيه الحياة.

نظرت إليها وكانت تنصت لي بشغف، أكملت حديثي وقلتُ لها : هناك من يقول أنَّ احتياج الحب يعني نقص في شيء ما داخلك، ولكن الحب اكتمال وليس نقص، لكن قبل أن تحب غيرك يجب أن تحب نفسك أولاً لا تُهنها ولا تظلمها في الوقوع في شرك مدعي الحب.

حبْ خالقك واسعى لطاعته ورضاه، حبْ الخَلق وساعدهم، لن أنتهي من وصف الحب ولكنِّي أنهي لقائي بكلمات جلال الدين الرومي :

الطريق إلى السماء بداخلك...فقط... حرِّك أجنحة الحب

تركتها ولم تنطق بكلمة واحدة، ربَّما تفاجأت بكل هذه المعاني عن الحب.

اللِّقاء السَّابع والأربعون
الفَخ

رأيتها...

فقالت لي : ما أجمل ما قلته لي الأسبوع الماضي عن الحب، وقد غيَّرتني كلماتك عمَّا كنت أعرفه، فهناك من يدَّعي الحب وهو بعيد عنه تماماً.

قلتُ لها : نعم... أصبح الحب فخاً لمن لا يعرفه، لقد قلتُ لكِ أنَّ الحب برهان وليست كلمة.

قالت لي : لقد تعلَّمت منك ذلك جيداً، ففعلٌ واحدٌ معبِّر عن الحب يغني عن مليون كلمة حب تُقال، ولن تفيد مليون كلمة حب تناقض أفعاله.

لكنِّي لم أنسَ شُع... حياة

قلتُ لها : شُع... حياة

ما رأيك لو تحدَّثت مع شخص ما وكان حديثاً ممتعاً لقد ملأك هذا الحديث أمل وتفاؤل وسعادة وقلت بعدها أنَّ هذا الشخص مفعم بالحيوية وأنا اكتسبت منه بعض الَحيوية... هو يشعُّ حياة.

قالت لي : رااااائع...

قلتُ لها : هذا عنوان برنامجي التدريبي القادم

قالت لي : "واووووو"... شُع... حياة

جميلٌ جداً... كالعادة أتوقَّع روعته... فلتحكي لي عنه

قلتُ لها : فلتنتظري الأسبوع القادم وسأحكي لكِ عن القليل منه.

ضحكت وقالت لي : سأنتظرك

اللِّقاء الثَّامن والأربعون
المنحَة

رأيتها...

كانت تنتظر والأمطار تنهمر بغزارة والبرد قارس حتَّى أنَّ أمواج البحر قد تخطَّت الصخور وتناثرت قطراته عليها وكأنَّ ماء السماء وماء البحر تتنافس أن تلامسها.

قلتُ لها : ما الذي جاء بكِ في هذا الطقس الرهيب ؟

قالت لي : بكلِّ بساطة... أنت... فأنا أنتظر هذا اللقاء كل أسبوع كي أسترد بعضاً من عافيتي، أستعيد بعضاً من روحي.

ابتسمتُ وقلتُ لها : ستستعيدين روحك كاملة... قريباً جداً.

قالت لي : أتعلم... هذا الطقس برغم صعوبته الشديدة يشعرني بالحياة.

استغربت لكلماتها تلك، أكملت حديثها وقالت : وجودي في هذه اللحظة ومع شدَّة المطر والرياح وأمواج البحر التي تلاحقني أشعر أنَّها مثل ما نواجه في حياتنا من أزمات... ماذا نفعل ؟ هل نختبئ منها، أم نقف ونصمد وأنا على ثقة أنَّها حتماً ستنجلي ويظهر

نور الشمس ويملأ الكون ضياءً.

لقد أعجبتني كلماتك التي كتبتها اليوم والأمس على صفحتك من أنَّ كل يوم في هذه الحياة هو منحة من الله عز وجل، يجب أن نتذكَّر ذلك دائماً كي لا نتعامل معها كأنَّها موجودة إلى ما لا نهاية.

عندها هطل المطر بغزارة شديدة ثمَّ تحوَّلت قطراته إلى ثلوج رأيتها وكأنَّها مصممة أن تواجه هذه الثلوج بكلِّ قوة، وكأنَّها تعيش دفئاً داخلياً وسلاماً دفيناً.

قلتُ لها : الأفضل أن نكمل حديثنا الأسبوع القادم، فقد أصبح الطقس لا يحتمله بشر.

قالت لي : سأنتظرك الأسبوع القادم، ولا تنسى شُع... حياة.

تركتها وقد أبهرتني كلماتها وصمودها في هذا الطقس ولكنِّي أعلم ما بداخلها، حتماً ستستعيد روحها والتي كبَّلتها المآسي والأحزان.

اللِّقاء التَّاسع والأربعون
الرِّسالة

رأيتها...

وكان يبدو عليها المرض...

قلتُ لها : ما الذي جاء بكِ وأنتِ مريضة ؟

قالت لي : ربما أجسادنا تمرض فتبعث لنا رسالة.يدركها كل منَّا ولكن مرض الروح أشد وأقسى.

أكملت حديثها وقالت : عندما أسمع كلماتك تقوى روحي ولا تمرض ولا تضعف.

قلتُ لها : لن تضعف هذه الروح طالما لا تستسلم.

صمت قليلاً وقلت لها : لا تستهيني بمرض الجسد، والآن فلتعودي وتدركي أنكِ ستكونين بخير.

قالت لي : انا الآن بخير... عندما رأيتك

قلتُ لها : نلتقي في الأسبوع القادم مع شُع... حياة.

اللِّقاء الخمسُون
شُع... حياة

رأيتها...

فقالت لي : شُع... حياة

كلمتان يكتنفهما الغموض... لا أعرف ماذا تعني ؟

قلتُ لها : أتذكرين أنَّنا قلنا أنَّه عندما نصل إلى باب القصر مكتوبٌ عليه "اختر لنفسك" عندما تختار أن تكون أفضل وتسعى لذلك فستجد طريق ذلك وعندما تتوقَّف وتريد ما أنت عليه أيضاً ستجده لو اخترت طريق التميُّز فعليك بأن تشُع... حياة... فقد تعاملنا مع الكثير من الأشخاص ولم يؤثِّروا فينا، رأيناهم كأنَّنا لم نرهم. شعرنا بوجودهم للحظات... وربَّما لا نتذكَّرهم... تراهم كأنَّك ترى جماد بلا قلب ولا روح، هؤلاء لا أثر لهم ولا معنى لوجودهم. يعيشون الحياة ولا ينبضون بالحياة.

قالت لي : أعرفهم جيداً.

قلتُ لها : هؤلاء لا تشعرين بفقدهم ولا حتَى بوجِودهم. الحياة بالنسبة لهم طريق له حواجز من الجانبين. لا يفكرون في تعدِّي

هذه الحدود... وهكذا. تتخمَّر هذه الفكرة في عقولهم، فيزيدون في وضع الحواجز لأنفسهم، وهذه الحواجز داخل عقولهم فقط، هؤلاء من لا يشعُّون بالحياة.

وعلى الجانب الآخر هناك من يشعُّ بالحياة. تشعر بوجودهم حتَّى في عدم وجودهم، تركوا أثراً طيباً في وجودهم وفي عدم وجودهم، يعيشون الحياة بأجمل معانيها وأروع جنونها، لا يتركون نسمة هواء إلَّا وقد تلمَّسوا حنانها وتفاءلوا بها، لا يتركون نقطة المطر إلَّا وأشعرتهم بالتجدُّد والحياة، هؤلاء من يشعُّون بالحياة.

قالت لي : ما أروعها من حياة... ولكن كيف أكون مثلهم ؟

قلتُ لها : سأقول لكِ في لقائنا القادم

قالت لي : لا مفر من الانتظار.. وأنا متشوِّقة لكلِّ حديثٍ معك.

اللِّقَاء الواحد والخمسون
طَرفا الزَّمن

رأيتها...

وكأنَّ ملامحها قد تغيَّرت... هل نسيتها ؟ ولكن لا... لن أنسى هذه الروح.

نظرت إليَّ نظرة عتاب قاتلة، لم أستطع أن أنظر إليها من قوَّة نظرتها، ولكنَّها قالت بكلِّ هدوء :

كل هذا الوقت (٢٨ يوم، ٦٧٢ ساعة، ٤٠٣٢٠ دقيقة، ٢٤١٩٢٠٠ ثانية) مرَّت منذ آخر لقاءٍ لنا.

قلتُ لها : لا أعرف ماذا أقول لك، لكنَّها ظروف كثيرة منعتني من لقائك خلال تلك الفترة... أعتذَر لكِ.

قالت لي : لم أطلب منك اعتذاراً... ولكنِّي أطلب لقاءك فقط، فأنت سندي في هذه الحياة. أنت تضمِّد جروحي وآلامي. أنت تساعدني أن أشعر بالحياة.

قلتُ لها : أعدك ألَّا يحدث هذا مرَّة أخرى، لكن اعذريني، إنَّها الحياة قد تشغلنا وربَّما تطرحنا أرضاً أو ترفعنا إلى عنان السماء، هي

الحياة بكلِّ حلوها ومرِّها، بخلطتها العجيبة.

ثمَّ قلتُ لها : احكي لي عن روحك الآن ؟

قالت لي : كنت أراجع كلماتك وكأنَّني أراك... أشعر بها... أطبِّقها... والآن أشعر أنَّني أفضل حالاً.

قلتُ لها : سأقول لك شيئاً مهماً، أشعر بأنَّكِ قد تغيَّرت كثيراً للأحسن.

قالت لي : نعم... كل كلمة قلتها لي لم أنسها، فهي تغلغلت في كلِّ كياني. عندما أواجه موقفاً صعباً أتذكَّر كلماتك عن أنَّ السعادة في الحاضر وأنَّ كل شيء سيمر عندما أتذكَّر الماضي وأحزن عليه وأخشى من المستقبل، أتذكَّر كلماتك عن أنَّ الماضي والمستقبل طرفي الزمن لا نملكه ولكن الحاضر هو ما نملكه.

قلتُ لها : أنا سعيد جداً بما تقولين ولكن لي مفاجأة لكِ أولاً... سوف أعلن عن محاضرتي قريباً جداً.

قالت لي : أنا متشوِّقة لها منذ فترة.

قلتُ لها : انتظري خلال أيام سوف أعلن عن تفاصيلها

قالت لي : دائماً موفَّق ومتميِّز... سأنتظر

قلتُ لها : والآن...؟

قالت لي : لا... لا تقول لي أنَّ لقاءنا انتهى.

قلتُ لها : لا تقلقي... لن أتأخَّر عن موعدنا القادم

قالت لي : وأنا في انتظارك ولكن لا اعتذارات.

ضحكت وقلتُ لها : على موعدنا إن شاء الله.

اللِّقاء الثاني والخمسون
الوَعي

رأيتها...

بادرتني بنظرة تعبِّر عن ارتياحها لرؤيتي ثُمَّ قالت لي : اشتقت للحديث معك عن الحياة... وآخر من تحدَّثنا عنه هو (شعٌ... حياة)

قلتُ لها : نعم... أريد أن أسألكِ سؤالاً... كيف نشعر بالحياة ؟

صمتت كثيراً وكأنَّها استغربت سؤالي المفاجئ، ثمَّ قالت : نشعر بالحياة... ثمَّ توقَّفت عن الكلام وكأنَّها لم تجد الكلمات المناسبة لتجيب عن هذا السؤال العميق.

قلتُ لها : هذا سؤالٌ صعب ؟!

قالت لي : لم أتخيَّل أن يأتي يوم تسألني هذا السؤال، ربَّما لا أعرف.

قلتُ لها : هذا إذن ما أريده !

أكملتُ حديثي وقلتُ لها : أتعرفي أنَّ هذا ما نطلق عليه (الوعي)... (الوعي بالحياة)

الحياة هي نعمة أنعمها الله علينا، تُبصر أعيننا مخلوقات الله عز

وجل ونعمه علينا ونشعر بفضله ورحمته وعظمته وقدرته، ولكن هل نشعر فعلاً بها، أم أنَّنا نغرق في مشاكلنا وهمومنا وننسى أنَّنا جزءٌ من هذه الحياة ؟

قالت لي : نعم... ربَّما تدخلنا المشاكل والهموم في نفق مظلم لا نستطيع أن نعرف أوله من نهايته. لا نرى النور، وهذا ماً يكون مع الحياة.

قلتُ لها : صدقتي... ولكن فلنبدأ نشعر بهذه الحياة، نعيش الحاضر بكلِّ كياننا بجوارحنا وعقلنا، وهذه هي خطواتنا الأولى.

قالت لي : سأفعل ذلك

قلتُ لها : والآن... ؟

قالت لي : سنكمل الأسبوع القادم

ضحكت وقلتُ لها : لقد تعلَّمتِ السِّر.

اللِّقاء الثالث والخمسون
الثِّقة

رأيتها...

بادرتني بابتسامتها المشرقة.

قالت لي : لقد استمتعت بمحاضرتك يوم الثلاثاء. أشكرك كثيراً على ما تقدِّمه لنا من معاني الأمل والحياة.

قلتُ لها : ليس هناك فائدة من الاستمتاع فقط. الأولى هو الالتزام بتنفيذ ما تتعلَّمينه.

قالت لي : سأفعل...

قلتُ لها : بل عاهدي نفسك أنَّكِ ستلتزمين بالتنفيذ. التزمي أن تحددي أهدافك وتتخذي الإجراءَات اللازمة لتحقيقها وليس فقط مجرَّد التمنِّي... فالتمنِّي لن يجلب لك سوى السخط على نفسك وعلى الآخرين.

ولتعلمي جيداً أن أهدافك مهما عظمت ليست عظيمة على الله وقدرته في أن يحققها، فأمر الله إذا أراد شيئاً أن يقول له كن فيكون. أكتبي أهدافك ولن تسألي كيف ستتحقق ولا متى... فقط عليك

أن تضعي اجراءات للتنفيذ وتلتزمي بها. فقد ييسر لكِ الله الكثير من الأمور وتنطلقي في هدفك وتجدينه محققاً، ثقي بالله.

قالت لي : نعم... أثق بالله

قلتُ لها : هذه الكلمة مهمة جداً في حياتنا، مهما كانت قدرتنا على فعل أشياء كثيرة ولكننا نظل عاجزين أمام قدرة الله عز وجل. ثقي بالله أنَّه سيحقق لكِ ما تتمنيه.

قلتُ لها : والآن... ركِّزي على ثقتك بالله فهو خير داعم لكِ... سأتركِ الآن... وآراكِ الأسبوع القادم بمشيئة الله.

قالت لي : لقد تركتني مع الثقة بالله، فأنا أثق أنَّه لن يخذلني أبداً.

قلتُ لها : وهكذا سيكون ظنك بالله.

اللّقاء الرابع والخمسُون
العَودة

رأيتها...

قالت لي : مأ أصعب الوقت الذي فات منذ آخر لقاء لنا، ربَّما تألَّمت لطول الزمن ولكن فرحت عندما وجدتك مبتسماً متفائلا مستبشراً بالخير.

قلتُ لها : لقد عدت... انتظري ما يسعدك في اللقاءات القادمة.

قالت لي : سأنتظر... أثق بك

اللِّقاء الخامس والخمسون
الإخفَاء

رأيتها...

وكأنِّي أراها من جديد... أرى ابتسامتها المبهجة...

نظرت لي نظرة عتاب، قلتُ لها بسرعة : أعلم ما ستقولين... ولكنّي عُدت من جديد.

قالت لي : انتظرتك كثيراً ثمَّ ارتدت نظارتها الشمسية البنيَّة اللون.

ابتسمت ثمَّ قلتُ لها : ما لون السماء ؟

ظهر عليها علامات الاستغراب ثمَّ قالت لي : هي ليست زرقاء بالتأكيد بهذه النظارة.

قلتُ لها : أتعلمين أنَّه عندما يؤثِّر فينا الماضي بشكل كبير يكون مثل هذه النظارة التي تخفي حقيقة الأشياء وتجعل كل مًا نراه بلونها وكذا بإحساسها، ليس بطبيعتها ولا بجمالها، فنظارة الماضي تخفي جمال وروعة الحاضر.

أمالت رأسها... ثمَّ خلعت نظارتها... ثمَّ نظرت إلى السماء، ثمَّ

قالت : ما أروعها... ! لقد تعلَّمت أنَّ ما نراه الآن هو نتاج ماضينا.

قلتُ لها : لو كانت رؤيتنا للحاضر بناءً على ماضينا ربَّما لن نسعد به، ولكن للحاضر متعته وشغفه ووعيه الذي يجب أن نحياه بكلِّ متعته.

ابتسمت ثمَّ قالت لي : ها قد عُدت من جديد بكلماتك العميقة !

قلتُ لها : فلنكتفي بهذا الآن.

قالت لي : سأنتظرك الأسبوع القادم ولا اعتذارات.

اللِّقاء السَّادس والخمسون
أثمنُ شيء

رأيتها...

كعادتها بادرتني بنظرة العتاب عن عدم حضوري الأسبوع الماضي، ثمَّ قالت لي : لماذا أشعر أنَّ السعادة بعيدة عنِّي ؟

فاجأني سؤالها بعد نظرة عتابها... قلتُ لها : السعادة بعيدة... لماذا ؟

أكملت حديثي... قلتُ لها : ما هي أعلى قيمة في حياتك وبدونها لا تجدي للحياة معنى ؟

صمتت قليلاً... لم تتوقَّع سؤالي، ولكن بسرعة بديهتها أجابتني وقالت لي : العطاء.

أكملت حديثها وقالت : أتعلم أنَّ العطاء أثمن شيء في الحياة، بدون العطاء ستكون الحياة بلا معنى.

قلتُ لها : صحيح... قيمة العطاء هي من تعطي الحياة حيويتها... حتَّى ولو كان العطاء قليلٌ جداً، فالتبسُّم للآخرين عطاء والاستماع لهم عطاء، والكلمة الطيِّبة لهم عطاء وليس العطاء في المال فقط.

تخيَّلي الحياة بدونها... فماذا ستكون ؟

وما أجمل ما قاله فاروق جويدة :

إنَّني أؤمن عن يقين أنَّ سعادتنا تبدأ داخلنا، وأنَّ السعادة في العطاء ربَّما تفوق السعادة فيما يعطيه لنا الآخرون.

رأيت على وجهها ابتسامة مشرقة قالت : السعادة في العطاء.

ظلَّت ترددها وكأنَّها تستدعي من ذاكرتها مواقف العطاء في حياتها والسعادة التي تغمرها، فأشرقت بابتسامتها أكثر وأكثر.

قلتُ لها : سأتركك مع سعادتك الآن... السعادة موجودة... فقط ابحثي عنها داخلك، ونلتقي الأسبوع القادم.

اللِّقاء السَّابع والخمسون
لعبة الألوَان

رأيتها...

فقالت لي : لقد استمتعت بمحاضرتك (ماراثون الحياة ٣) وأعجبتني الألوان في تصنيف الزمن.

قلتُ لها : الحياة خليطٌ من ألوانٍ كثيرة، فلو وضعنا الماضي بأزماته ومشكلاته وحوادثه بلونٍ أسود - والحاضر بلون رمادي لتأرجحنا بين المشكلات والأزمات والمواقف السعيدة - أمَّا المستقبل بلونٍ أبيض ضبابي.

رأيتها وقد تمعَّنت جيداً فيما أقول ثمَّ قالت لي : الأسود يعبِّر عن الحزن عن أحداث الماضي ومآسيه وأحزانه. أمَّا الرمادي فهو يعبِّر عن اختلاط اللونين الأسود والأبيض - الأسود بمواقفه غير السعيدة والأبيض بمواقفه السعيدة - أمَّا المستقبل فاللون الأبيض الضبابي لا ترى فيه شيء سوى البياض.

قلت لها : هذه الألوان معبِّرة عن الثلاثة أزمنة، ولكن...!

قولي لي : لو أردت أن أغيِّر اللون الأسود إلى ما هو أفتح منه...

هل أستطيع ؟

قالت لي : نعم... نستطيع أن نضيف إلى اللون الأسود اللون الأبيض فيكون رمادي وكلّما زاد اللون الأبيض قلَّ اللون الأسود.

قلتُ لها : ولكن هل نستطيع نحن أن نغيِّر الماضي بنفس الطريقة؟

قالت : نغيِّر الماضي... لا

قلتُ لها : ولكن نستطيع أن نغيِّر مجمل الماضي، فيما نتحدَّث فيه الآن بعد لحظات سيكون ماضي، فلو كان الحاضر بلونه الأبيض نستطيع أن نضيفه بعد قليل للماضي وبالتالي يتحسَّن مجمل الماضي.

نظرت إلي نظرة انبهار وقالت لي : فعلاً... أقنعتني بأنَّنا نستطيع أن نغيِّر مجمل الماضي من خلال الحاضر بجعل الحاضر أفضل ما يمكن.

قلتُ لها : أتركك الآن مع اللون الأبيض... أتركك مع الحاضر فاجعليه ناصع البياض وأراكِ الأسبوع القادم.

قالت لي : سأنتظرك... بكلِّ شوق...

اللِّقَاء الثَّامن والخمسون
المِيزان

رأيتها...

وكان واضحاً عليها آثار الحزن... سألتها : ماذا حدث ؟

قالت لي : لماذا عندما أريد أن أصنع حاضراً ناصع البياض يأتي من حولي ويذكرونني ببعضٍ إخفاقات الماضي ؟ وكأنَّهم يقولون لي؛ طالما الماضي هكذا... فحتماً الحاضر سيكون مثله، وربَّما المستقبل أسوء منهما.

ضحكت وقلتُ لها : ربما هم يعتقدون ذلك، فما رأيكِ أنتِ ؟

قالت لي : ربما حدثت بعض الإخفاقات في الماضي ولكنَّني تعلَّمت منها، وحالياً أصنع إنجازات كثيرة في حياتي، وأُعدُّ العدَّة لمستقبل مبهر.

قلتُ لها : اثبتي لهم ذلك.. وأذكِّرك بمقولة الرائع "فرانك سيناترا" : أعظم انتقام في الحياة هو نجاح ساحق.

أكملت حديثي وقلت لها : لا تلومينهم... هم يحكمون على الحاضر والمستقبل بميزان الماضي، فهل يستمر مسلسل الفشل

والإخفاق ؟

نطقت مسرعة وقالت بكلِّ قوة : لا... وألف لا.

قلتُ لها : فاثبتي ذلك... ولتعلمي أنَّ الحاضر تعيشين فيه والمستقبل أمامك... فأرينا ماذا تصنعين فيهما ؟

قالت بكلِّ حماس : سترى وسيرون ما لا يتوقَّعون، وسيغيِّرون ما يقولون.

قلتُ لها : هكذا أنتظر منكِ، والأسبوع القادم أريد أن أرى ماذا ستفعلين ؟

قالت لي : من الآن سأبدأ.

اللِّقاء التَّاسع والخمسون
خطواتي

رأيتها...

وكنت مترقِّباً لملامحها... أهي سعيدة أم حزينة ؟! لكنَّها كانت تخفي عيناها عنِّي، ربما لتصيبني الحيرة أو الفضول.

ولكنَّها بادرتني بسؤال، قالت لي : تريد أن تعرف ماذا حققت منذ آخر لقاء لنا ؟

قلتُ لها : لقد علمتِ السؤال... فأين الإجابة ؟

ابتسمت، ثمَّ قالت لي : أخذت الخطوة الأولى في طريق حياتي.

ازدادت حيرتي وكان واضحاً على ملامحها انعكاساً من ملامحي.

قالت لي : حيرتك، ولكنِّي سأقول لك.

أكملت حديثها وقالت لي : الخطوة الأولى كانت التمعُّن داخل نفسي بكلِّ ما فيها من مميزات وعيوب، سألت نفسي : من أنا ؟

قلتُ لها : وكيف كان الرد ؟

قالت لي : أنا... هو أنا بكلِّ ما بي، لن تُخجلني عيوبي ولن تغريني

مميزاتي.

ثمَّ نظرت إلي وقالت : أتعلم... كنت أعتقد أنِّي لا أستحق أيّ شيء طالما لدي هذه العيوب ولكنِّي تعلَّمت منك أنَّه لا شخص بلا عيوب ولكنَّني أملك مميزات رائعة تجعلني متفرِّدة حقيقةً عن كلِّ من حولي.

قلتُ لها : ها... وقد بدأتي بداية رائعة ؟... أريد أن أقول لك بدلاً من أن تسعى بكلِّ طاقتك لتقللي عيوبك أسعى لتجعلي من مميزاتك انفراد.

صمتت قليلاً وقالت : هذا ما سأسعى إليه.

قلتُ لها : أسعدتني بدايتك وأنتظر منك المزيد الأسبوع القادم.

قالت لي : ستجد ما يسعدك دائماً.

اللِّقَاء السنُّون
الآنْ

رأيتها...

قالت لي : لماذا تغيَّبت عنِّي كل هذه الفترة ؟ فأنا أريد أن أحكي لك المزيد مما حققت.

قلتُ لها : أعلم عتابك لي، فاعذريني لانشغالي، وأنتظر منكِ ما يسعدني.

قالت : قبل لقائنا السَّابق أخذت خطواتي الأولى مع ذاتي، سألتُ نفسي من أنا ؟ ونظرت لنفسي بكلِّ حيادية؛ لستُ الملاك وأيضاً لستُ بشيطان، ولكنِّي بشرٌ لي مميزاتي ولي عيوبي أمَّا الجديد بالنسبة لي هو : عدم لوم الآخرين على شيء، كنت فيما سبق أقول دائماً (هم السبب)... عائلتي... أصدقائي... ظروفي... المجتمع.

ولكنِّي أدركت من لقاءاتنا ومحاضراتك أنَّني أنا المسئولة على حاضري، ربَّما كان الماضي أياً كان، ولكن ما أملكه هو الآن.

قلتُ لها : جميل... عدم لوم الآخرين وكذلك لا تُأنِّبي نفسك، ضعي كل شيء في حجمه الصحيح ولا تضخِّمي أشياء وأشخاص

لا تستحق.

وأقول لك أنَّ هذا الموضوع هو محور محاضراتي الجمعة القادمة... (ماراثون الحياة ٤)

قالت لي : أسعدتني... وسأكون بمشيئة الله أول الحاضرين.

قلتُ لها : انتظري... فستحدث لكِ تغييرات مهمة.

قالت لي : أنتظر بكلِّ الاهتمام والشوق.

اللِّقَاء الواحد والستُّون
السِّر

رأيتها... وكان يظهر على ملامحها سعادة غير عادية.

قلتُ لها : مالي أراكِ سعيدة بهذا القدر ؟

ضحكت وقالت : وجدت السِّر.

قلتُ لها : سر ؟ وما هو ؟

قالت لي : عرفت السر من محاضرتك (ماراثون الحياة ٤)، عرفتُ ما سر تعاستي. عرفت السِّر، عرفته، عرفته.

ثمَّ أكملت حديثها وقالت بكلِّ قوَّة : سرُّ تعاستي في اهتمامي، سرُّ تعاستي في الأهمية الزائدة التي أعطيتها للأشياء والأشخاص والأحداث من حولي.

عندما أتعامل مع أشخاصٍ ما في حياتي أعطي لهم أهميَّة كبيرة، ثمَّ بعد ذلك لا أجد منهم إلَّا الجحود والإنكار والإهمال. أعطي أهميَّة كبيرة للأحداث وللماضي وأتناسى الحاضر. أعطي أهميَّة كبيرة للأشياء وما أتمنَّاها وأريدها، فتتحوَّل حياتي إلى احتياج دائم وعدم احساس بالاكتفاء والرضا.

قالت لي : أشكرك كثيراً لقد علَّمتني أنَّنا نصنع بأيدينا ما يؤلمنا. نحن من نعطي الأهميَّة العالية للأشياء والأشخاص والأحداث وتكون بعد ذلك مصدر آلامنا.

قلتُ لها : ها قد تعلَّمتي السِّر.

قالت لي : منذ محاضرتك وأنا أبحث عمَّا يؤلمني، فوجدت الكثير فنظرت وتمعَّنت فيها ووجدت أنني أضع اهتمام كبير لها، فقررت أن أخفض أهميتها، وعندها قلَّت تعاستي وها أنت تراني سعيدة.

قلتُ لها : عندما تأتي الأحداث أياً كانت ليس مهم كيف تأتي، ولكن المهم هو ردَّة فعلنا على ما يحدث وهو ما يحدد مدى سعادتنا أو تعاستنا.

قالت لي : لقد تعلَّمتها وطبَّقتها.

قلتُ لها : هكذا من يسعى لتغيير ذاته للأفضل دائماً يتعلَّم ويطبِّق. استمتعي بهذا السر طوال حياتك وستجدين كثيراً من الراحة.

ثمَّ قلتُ لها : والآن... نكمل حديثنا الخميس القادم.

قالت : سأنتظر المزيد من كلماتك العميقة.

اللِّقَاء الثَّانِي والسِّتُّون
جُرعاتَ السَّعادةَ

رأيتها... بابتسامتها الرائعة

قالت لي : إذن السّر في الأهميَّة ؟

قلتُ لها : واضحٌ أنَّكِ كنتِ تفكِّرين في السِّر منذ الأسبوع الماضي.

قالت لي : كثيراً، عندما أجد نفسي مهمومة حزينة أنظر فيما فعل بي ذلك، وأجد أنِّي السبب فيه، لقد أعطيت له أهمية كبيرة.

قلتُ لها : كذلك ابتعدي عن الاهتمام بما يفعله الناس وما يقولونه... هذا فعل كذا... وهذه فعلت كذا... وهذا حصل على كذا... وهذه اشترت كذا. لا تقارني نفسك بهم، اتركي ما يفعلونه ويقولونه إلى ما ترغبين في تحقيقه، ابحثي عن جرعاتٍ للسعادة.

قالت لي : جرعات السَّعادة !

قلتُ لها : نعم... جرعة سعادة تحصلين عليها بأقلِّ ثمن ممكن، ربَّما تعتقدين أنَّ حصولك على مليون دولار يضمن لكِ السَّعادة... ربَّما لبعض الوقت... وستعودين إلى عاداتك القديمة، فتشعرين

أنَّ ما لديكِ قليلٌ جداً مقارنةً بما لدى الآخرين، وهكذا على نفس المنوال.

قالت لي : وكيف أحصل على جرعاتٍ للسَّعادة ؟

قلتُ لها : بكلِّ بساطة، أبسط الأشياء قد تُسعدنا، ابتسامة طفل، فعلُ الخير، نسمات البحر، صورتك وأنتِ طفلة، رؤية شيء مضحك، حتَّى أكل شيء تحبينه يشعرك بالسعادة، حتَّى أنَّني اكتشفت أنَّ كوباً من الكابيتشينو يسعدني بعد عناء يومٍ من العمل الشاق.

أكملت حديثي وقلتُ لها : ابحثِي عن الأشياء التي تسعدك وستجدين الكثير.

هزَّت رأسها وقالت : أبسط الأشياء قد تسعدنا.

صمتتْ قليلاً وقالت : فعلاً... لماذا لم تخطر ببالي هذه الأشياء ؟

قلتُ لها : سأنتظرها... الأسبوع القادم.

اللِّقاء الثَّالث والستُّون
النِعمة

رأيتها... وكانت متحمِّسة لشيءٍ ما..!

قالت لي : أنتظرك منذ الأسبوع قبل الماضي، أريد أن أخبرك بأشياءٍ كثيرة، فلديَّ جرعات كثيرة للسعادة.

قلتُ لها : وهل جرعات السعادة هي سرُّ حماستك التي أشعر بها؟

قالت لي : فعلاً... اكتشفت جرعات بسيطة للسعادة وسأخبرك بها.

ولكن قبل ذلك، أريد أن أسألك سؤالاً.

قلتُ لها : تفضَّلي.

قالت لي : لماذا نعتقد دائماً أنَّ السعادة شيءٌ بعيدُ المنال ؟

قلتُ لها : لأنَّ مقياس السعادة لدينا مرتفعٌ جداً، قد نراه في الحصول على مليون دولار أو قطعةٍ من الماس، أو العيش داخل قصر من القصور أو امتلاك سيارةً بورش، وعندها فقط نشعر بالسَّعادة.

أكملت حديثي وقلتُ لها : هذه الأشياء ليست مستحيلة المنال ولكن السَّعادة قد تكون في أبسط الأشياء، فأخبريني ما هي جرعات السعادة لديكِ ؟

أخذت شهيقاً طويلاً، كأنَّها تستعد لسباقٍ ما !

ثمَّ قالت : سأكلِّمك عن جرعة جرعة وبالتَّفصيل.

قلتُ لها : أنتظرك

قالت لي : أوَّل شيء عندما أستيقظ من نومي وأرى الأشياء حولي... أسعد بأنَّ الله قد منحني يوماً جديداً للحياة؛ يوماً جديداً أستطيع أن أحقق فيه ما أريد؛ يوماً جديداً أتأمَل فيه جمال الكون ونعمة الحياة أرى فيه من أحبُّهم، أتطلَّع لفعل الخير وأسعد لمساعدة الآخرين.

أخذت شهيقاً جديداً وقالت : يا لها من نعمة كبيرة جداً دائماً لا نشعر بها، تأخذنا العادة وكأنَّ الحياة شيءٌ مُسلمٌ به.

هذه أولى جرعات السعادة والتي بدأتُ أنتبه إليها.

قلتُ لها : هل تذكرين أوَّل سؤال سألته لكِ ؟

قالت لي : نعم... كيف أجعل من الحياةِ... حياة ؟

قلتُ لها : وهذه هي البداية... استمتعي بجرعات السعادة وأنتظر منكِ المزيد الأسبوع القادم.

قالت لي : نعم... لديَّ قائمة طويلة من جرعات السعادة... اكتشفتها وسأخبرك بها عندما نلتقي الأسبوع القادم.

اللِّقَاءُ الرابع والستُّون
سرُّ الابتسامة

رأيتها... وكان يملأ عينيها سعادة غير عادية،

قالت لي: كنت أريد أن أخبركِ عن ثاني جرعات سعادتي والتي بالرغم من بساطتها تسعدني جداً، ولكن حدث ما غيَّر ما كنت سأقوله لك.

قلتُ لها : هل ما حدث هو سبب سعادتك التي أراها في عينيكِ؟

ابتسمت وقالت : كعادتك تستطيع اكتشاف ما بداخلي.

قلتُ لها : أخبريني بما حدث.

قالت لي : اليوم وقبل أن أراك اكتسبت جرعة قوية من السعادة، وأحسست بها بعمق. رأيت شخصاً مصاباً بفقد أجزاءٍ من جسده وبرغم ذلك رأيت الابتسامة لا تفارقه، رأيته يشعُّ فَرحاً وطيبةً ورضا، رأيته وقد تناسى ما به. يعيش حياته سعيداً بما لديه كأنَّه أمير لهذا العالم.

ضحكتُ وقلتُ لها : الرضا... والعدوى !

استغربت وابتسمت وقالت : الرضا أعرفه، فما العدوى ؟

قلتُ لها : أتعلمين أنَّ هذا الشخص لا ينظر إلى ما فقده بل يمعن فيما يملكه، فيجد أنَّ ما يملكه الكثير، لقد أدرك أن لا معنى للحزن على شيء فقده مهما كان، فالحياة لا تعوَّض، أمَّا العدوى فالسَّعادة عدوى قد تكتسبيها بسرعة من السُّعداء وكذلك العكس، ابحثي عنهم واقتربي منهم وستجدين السعادة عادةً لديكِ.

قالت لي : هذه أجمل عدوى.

قلتُ لها : ابحثي عن جرعاتٍ أخرى لسعادتك وستجدين الكثير.

قالت لي : سأخبرك بجرعاتٍ أخرى للسعادة.

قلتُ لها : انتظري للأسبوع القادم، ربما تكتشفين جرعات فائقة أخرى للسعادة.

قالت لي : نعم أن أكتشف كلَّ يوم جرعات للسعادة، بسيطة ومؤثِّرة.

قلتُ لها : فلتخبريني بها الأسبوع القادم.

اللِّقَاء الخامس والستُّون
المَطر

رأيتها... وكان المطر ينهمر بغزارة، قلتُ لها : ما الذي جاء بكِ في هذا المطر ؟

قالت لي : أتعلم أنَّ المطر إحدى جرعات سعادتي.

قلتُ لها : المطر ؟!

قالت لي : المطر يذكِّرني بالكثير من الذكريات الجميلة في حياتي وخاصةً فترة الطفولة. أتذكَّر عندما كنَّا أطفالاً. كنَّا نختبئ من المطر، كنَّا نسعد عندما نرى هطول المطر مثل حالنا الآن، ولكنَّني الآن أنا لا أختبئ من المطر، ولكن أستمر في سيري حتَّى مع هطول المطر.

قلتُ لها : لماذا ؟؟

قالت لي : أشعر عندما يهطل عليَّ المطر، كأنَّه يجدد حياتي كما يفعل مع النباتات... يسقط المطر عليها... فتنبت وتشتد وتنمو، فترى الحياة قد انطلقت فجأةً بعد هطول المطر، وكأنَّ جميع الكائنات تتراقص مع هطول المطر... وتبدأ الحياة من جديد... هذا ما أشعر

به، فأنا أسعد لهطول المطر.

قلتُ لها : المطر... قد يغسل همومنا وأحزاننا فيتركنا في حالة مختلفة عمَّا سبق.

قالت لي : فعلاً أشعر بذلك، عندما تزداد همومي وأحزاني، وأخرج في المطر، أرجع وكأنَّه ليس لدي شيء. أشعر بهدوءٍ غريب وكأنَّ همومي وأحزاني ذهبت مع مياه المطر، هذه جرعةٌ خاصة للسعادة لدي.

قلتُ لها : يبدو أنَّ لديكِ المزيد من جرعات السعادة. سأنتظر منكِ المزيد في لقائنا الخميسَ القادم.

اللِّقَاء السَّادس والسِّتُّون
الضَحكَة

رأيتها... وكعادتها في لقاءاتنا هذه الأيَّام، أرى فيها سعادة مختلفة.

قلتُ لها : يبدو أنَّ هناك جديد لديكِ، فنظرتك تكشف ذلك.

قالت لي : نعم... لديَّ جرعة جديدة للسعادة.

قلتُ لها : وما هي ؟

قالت لي : سعادةُ طفلٍ وضحكته.

أكملت حديثها وقالت : عندما أرى ضحكة طفل وسعادته، أشعر بفرحة غير عادية عندما يضحك الطفل يضحك بكلِّ كيانه. ليس مثلنا عندما نضحك نفكِّر أنَّ بعد هذا الضحك سيكون هناك شيءٌ ما سيِّء، عندما نضحك... تضحك شفتينا فقط... ليس بقلوبنا وأرواحنا.

قلتُ لها : إنَّها لحظة الحياة فنعيشها بكلِّ متعتها، بكلِّ جمالها، بكلِّ أحساسيها.

كل لحظة هي بمثابة حياة جديدة... فلتقتنصيها... وتحافظي

عليها؛ بل استمتعي بها.

قالت لي : لقد اكتشفت الكثير من جرعات السعادة.

قلتُ لها : أنتظر منكِ الكثير من جرعات السعادة الأسبوع القادم.

قالت لي : في كلِّ لقاءٍ لنا سأخبرك بجرعات سعادتي.

اللِّقاء السَّابع والستُّون
بكلِّ بساطة

رأيتها...

وكانت غاضبة وقالت : أسبوعان...!

كثيرٌ جداً، لقد تعوَّدت لقاءك كلَّ أسبوع ولكن ما لي أراك حزيناً هكذا...؟!

قلتُ لها : ربَّما بعض أمورنا تؤلمنا، ولكنَّني تعوَّدت مع نفسي أن أعي مشاعري جيداً... وأتركها... وأنا أعي أنَّها ستمر "لحالها"؛ مجرَّد "كراكيب" تحتاج إلى ترتيب.

قالت لي : أعلم أنَّك ستجتاز أيَّ أمر مهما كان، فأنا أعرفك جيداً، أعرف مدى صبرك وطموحك وإصرارك بأن تكون في أفضل حال.

أكملت حديثها وقالت : "بكلِّ بساطة"... قناتك... سعدتُ جداً بها وأنتظر منك الكثير، وأعلم أنَّ كثيرين ينتظرون... لا أقول من يعرفك فقط... ولكن العالم ينتظر منك الكثير.

قلتُ لها : أشكرك كثيراً وانتظري الفيديو القادم، فسيكون

مفاجأة فله معانٍ كثيرة.

أقول لكِ في هذا الفيديو بالتحديد إحدى جرعات سعادتي.

ضحكت وقالت : لم أنسَ جرعات السعادة فلديَّ الكثير والكثير.

قلتُ لها : فنكمل جرعات سعادتك الأسبوع القادم وأعدك بأن نلتقي كعادتنا.

قالت لي : سأنتظرك وأنتظر الفيديو القادم بكلِّ شغف.

اللِّقاءُ الثَّامن والستُّون
لديَّ أم لا

رأيتها...

وقالت مسرعة : أنا في انتظار الفيديو القادم.

ضحكتُ وقلتُ لها : سيصنع هذا الفيديو فارقاً كبيراً في حياتك وحياة من يستوعب معانيه. من يدرك أنَّ لحياته معنى... مهما واجه من آلام... الحياة هي الحياة بحلِّوها ومرِّها. سيبقى فقط ما تستوعبه منها وما تركِّز عليه. هل تركِّز على ما ينقصك، أم تركِّز على ما لديك؟

وأتمنَّى منكِ في نهايته أن تسألي نفسكِ سؤالاً :

هل ينقصني الكثير أم لديَّ الكثير ؟

صمتت كثيراً ثمَّ قالت : ينقصني الكثير... لديَّ الكثير

ثمَّ ضحكت وقالت : أدركت معناها... وأنتظر ما ستقدِّمه لنا بكلِّ شوق.

قلتُ لها : انتظري الساعة الحادية عشر مساءً وأعتقد أنَّه سيكون لديكِ الكثير لتقوليه لي في لقائنا القادم.

قالت لي : سأنتظر وكلِّي قناعة بأنَّه هناك مفاجأة ما.

ضحكتُ وقلتُ لها : مفاجأة جميلة وشخصية متميزة، انتظري فقط.

قالت : سأنتظر... وأراك الأسبوع القادم إن شاء الله.

اللّقاءُ التاسع والستُّون
التركيزُ الواعي

رأيتها... وقد أطلَّت من بعيد كضوء شمسٍ أضاءت الأرض من بين الغيوم.

قالت لي : هل نملك الكثير أم ينقصنا الكثير ؟

سؤالٌ عميقٌ جدًا بحثت عنه وتلك إحدى الأشياء التي تعلَّمتها من فيديو "سر الابتسامة"

قلت لها : وهل أجبتِ على هذا السؤال ؟

قالت لي : تخيَّل أنَّ اجابته صعبة جداً

قلتُ لها : فعلاً صعبة، ولكن من يرى أنَّه يملك الكثير فإجابته سريعة جداً تملؤها الثقة، ليس فيها أيّ تردد

قالت لي : عندما رأيت ابتسامة "عبد الرزَّاق" الرائعة والتي رأيِّتها في الفيديو الأخير، أدركت أنِّي لا أعي ماذا أملك ؟... كنت أركز على ما ليس لدي.

قلتُ لها : وهل هذا هو الشيء الوحيد الذي تعلَّمته من الفيديو؟

قالت لي : بالطبع لا... تعلَّمت أنَّ الرغبة الأكيدة محطَّمة لكلِّ

العوائق، كالنملة لا يوقفها الحجر الضخم بل يعلمها الاستمرار بكلِّ الوسائل للوصول إلى ما تريد.

قلتُ لها : عندما نلتقي المرَّة القادمة، فأخبريني المزيد عن جرعات سعادتك.

ابتسمت وقالت لي : لديَّ المزيد.

اللِّقاءُ السَّبعون
يدُ العون

رأيتها...

فقالت لي : افتقدتك الأسبوع الماضي... أردت أن أخبرك بعضاً من جرعات سعادتي.

قلتُ لها : فلتخبريني بها.

ابتسمت وكأنَّ الكون أشرق لابتسامتها.

قالت لي : عندما أقدِّم يد العون لشخص محتاج أشعر بسعادة غير عادية، فالعطاء بالنسبة لي هو مضاد لكلِّ أنواع الأحزان والآلام. منذ زمن قريب عندما أحزن كنت أبحث عن شخص ما أقدِّم له المساعدةَ أو حتَّى النصيحة، وكأنَّ العطاء يذيب الأحزان، قلتُ لها : لقد علمتِ سراً عظيماً من أسرار السعادة وهو العطاء

قالت لي : أعظم أسرار السعادة فعلاً... ولديَّ الكثير من جرعات السعادة سأخبرك بها.

قلتُ لها : فلنكمل جرعات سعادتك في لقائنا القادم فلديَّ أمرٌ مهم عليَّ إنجازه.

قالت لي : سأنتظرك الأسبوع القادم، فلديَّ الكثير لأخبرك به.

اللِّقَاءُ الحادي والسبعون
العطشُ للحياة

رأيتها...

فقالت لي : أفتقدك كثيراً... ولكنَّني أعلم أنَّ الطقس سيءٌ جداً، لكنِّي تعوَّدتُ منك أنَّه مهما كانت حالة الطقس، سأراك.

هنا بدأت السُحبْ تتجمَّع بسرعة غريبة وكأنَّه لقاءٌ بعد طول فراق، فاختفى ضوء الشمس تماماً، وكأنَّ الشمس تركت السُحب تلتقي... وذهبت لعالم آخر تسطع لهم فيفرحوا بها، عجبتُ من هذا المشهد الذي تكوَّن في لمح البصر.

ضحكت وقلتُ لها :

يبدو أنَّنا على موعد مع إحدى جرعات سعادتي. نظرتْ إلى السماء وأطالت النظر وما إن بدأت تتحدَّث حتَّى غافلتني إحدى قطرات المطر وسقطت على وجهي. وضعت يدي على مكان سقوطها... فضحكنا كثيرًا...

ها قد بدأ المطر ينهمر.

وقفنا نتلقَّى قطرات المطر وكأنَّنا عطشى للماء كالنبات، ولكن

عطشنا كان للحياة... للروح المفقودة... للأمل المنشود... للأحلام التي نتمنَّى تحقيقها... لمستقبل نرسم ملامحه وألوانه... ونتمنَّى أن يكون أفضل مما رسمناه.

قلتُ لها : لا أريد أن أتحدَّث في شيء، أريد فقط أن أشعر بالحياة.
قالت لي : وأنا كذلك.

وقفنا والمطر ينهمر بغزارة، وكلَّما زاد المطر زاد ثباتنا في الأرض... وكأنَّنا ننتظر المزيد... ولكن بعد فترة ليست بالقليلة... توقَّف المطر وكأنَّه يقول لنا يكفيكما ذلك.

قالت لي : آمل في العام الجديد أن تتحقق كل أحلامنا وأمانينا وأهدافنا.

قلتُ لها : فلنسعى بكلِّ قوتنا ليكون هذا العام أفضل أعوامنا.

انطلقنا كلاً في طريقه يسعى ليحقق أحلامه.

اللِّقَاءُ الثَّانِي والسبعون
حالةُ الطقَس

رأيتها...

قالت لي : أريد أن أسألك سؤالاً !

قلتُ لها : وما هو ؟

قالت لي : لماذا تتقلَّب حياتنا بين الفرح والحزن ؟ لماذا لا تثبت على حال ؟

قلتُ لها : ما رأيك في الطقس هذه الأيام ؟

نظرت لي نظرةَ استغراب، وكأنَّها تعتقد أنَّني لم أسمع سؤالها... فكرَّرته مرّةً أخرى... فكررت سؤالي مرّةً أخرى؛ ما رأيك في الطقس هذه الأيام ؟

وهنا يبدو أنَّها عَلِمت أنني أريد شيئاً ما من وراء سؤالي.

قالت لي وهي متضايقة : الطقسُ متقلبٌ بين لحظة وأخرى، ربَّما ترى الشمس الآن وتشعر بحرارتها، وما تلبث أن تختفي وتتراكم السُحب وتشتد الرياح، فيتساقط المطر... وربَّما تظهر الشمس مع سقوط المطر... فينتهي المطر... وأيضاً تختفي الشمس.

فلا تجد أيُّ استقرار فنحاول أن نتأقلم مع كل هذه التغيرات، ونستعد لأيِ احتمال ونتعامل معه.

وهنا تباطأت كلماتها وأخذت تدور بعينيها، ثمَّ تفتحها تارةً وتغلقها تارةً أخرى، وكأنَّ فكرةً ما انفجرت داخل عقلها فظهر ذلك في تصرُّفاتها الغريبة.

قالت لِي : أتريد أن تخبرني بأنَّ تقلُّبَ الإنسان بين أحداث الحياة يشبه كثيراً تقلُّب الطقس الآن ؟!

هنا... توقَّفتُ قليلاً ثمَّ أجبتها، قلتُ لها : الحياة وأحداثها مثل الطقس وحالاته المتعددة؛ لا تستطيعين أن تضبطي حرارة الجو، ولا تستطيعين أن تتحكمي في سطوع الشمس أو عدم سطوعها. لا تستطيعين أن تمنعي المطر، ولكنَّك تستطيعين أن تضبطي تعاملك تجاه حالات الطقس المختلفة. تتعاملي مع حرارة الجو أو برودته بأن تضبطي كمية ونوعية ملابسك.كذلك مع الشمس عند سطوعها تبحثين عن أفضل الأماكن التي تستمدِّي فيها أكبر قدر من ضوء الشمس، أمَّا المطر فإمَّا أن تختبئين تجنباً منه أو تستقبليه استقبال الفرح لقدوم شخصٍ عزيزٍ عليكِ وتتمنِّي أن يزداد أكثر وأكثر.

وهكذا الحياة... ليست كما تريدين في كلِّ الأوقات، ولكن افعلي الشيء الذي يسعدك ويكسبك المزيد من الفرح... ربَّما لا تستطيعين أن تغيِّري الأحداث ولكن تستطيعين أن تغيِّري رد فعلك اتجاهها، فتتجاهلي ما يستحق التجاهل ولا تهتمِّي بصغائر الأمور، وانتبهي

لما يستحق الانتباه والتركيز والاهتمام.

وهكذا ستسعدين أياً كانت حالة الطقس؛ أقصد أحداث الحياة.

ضحكت وهزَّت رأسها وانصرفت...

أعتقد أنَّها حصلت على كنز ثمين من هذه الكلمات، فلربَّما تكفيها هذه الكلمات في تغيير نظرتها للحياة..!

ومع تقلُّب الحياة والطقس... نختم الجزء الأوَّل من؛

كيف تجعلُ من الحياةِ... حياة ؟

لن تنتهي جرعات السعادة

ولم تنتهِ رحلة البحث في أرواحنا عن أرواحنا

خاتمة الجزء الأول

لقد تجوَّلنا داخل أنفسنا عمَّا يسعدها أو يحزنها.

نبحث فيها عن روحٍ تجعل من حياتنا التي نعيشها، حياةً رائعة نفتخر بها وتفتخر بنا.

انطلق وحرِّر روحك من قيودها، طبِّق ما تعلَّمته من كلِّ لقاء واجعله خطةً لحياتك، وستجد أنَّ حياتك اختلفت. نعم ستختلف... حتى تصل إلى الحياة التي تستحقها، كون "حياة" تستحق الحياة... ولكن، ربَّما عزيزي القارئ تسأل كما يسأل الكثيرون ممَّن قرأوا هذه الرواية؛ من هذه ؟ من هي ؟

اترك الإجابة لك عزيزي القارئ، تستطيع بقدرٍ بسيط من الذكاء أن تكتشف من هي ؟

أنتظرُ اجابتك على هذا السؤال على صفحتي :

https: / /www.facebook.com /Mohamedelmasrynew /

وأشجِّعك على متابعة قناتي :

بكل بساطة – Simply

ومتابعتي على توتير :

MoElmasry00

مَنْ المؤلِّف ؟

كاتبٌ حَالِم ....

ربَّما تتساءَل عزيزى القارئ من هذا المؤلِّف ؟

لنْ أقول أنا ... فُلان ... وأعمل كذا ... وحقَّقتُ كذا ... وكتبتُ كذا ..

ولكنَّني أريد أن أعرِّفك بنفسي؛ إنَّني شخصٌ يسبح في بحرِ الأحلام ... تتقاذفه مياهه يميناً ويساراً ... ليحقِّق بعض أحلامهَ ويخفق في البعض الآخر ... ولكنِّي أعيشُ هذه الحياة ... أطمح أن يكونَ لي موضعَ قدمٍ وسط العمالقة ... أتتطلَّع أن تتحقق أحلامي ... مثل كلِّ البشر.

هذا أنا ... فأنا لستُ الماضي ... لستُ ما حققت ... فما حقَّقته انتهى ... ولكنِّي الحاضرا وما سأحقِّقه في المستقبل لكي أصنع لحياتي معنى أجعل لوجودي في هذه الحياة إضافةٌ حقيقيةٌ لها.

ووجود كتابي هذا بين يديك ... هو خطوة لتحقيق حلم طالما حلمتُ به.

حلمتُ أن أكون كاتباً ... أقدِّمُ شيئاً يفيدُ البشر بكلِّ معاني

الإفادة . لا أريد أن أقدِّم شيئاً للتسلية والمتعة فقط، ولكن ما بين التسليةِ والمتعةِ معان عميقة جداً . تسهمُ في أن تَجعل من حياتك ... حياةً حَقيقية، مثمرةً، بنَّاءة ومبهرة .

وسيكونُ هذا الكتاب هو ما يصنع فارقٌ في حياتك، وأنا متأكدٌ من أنَّك ستجد داخل جسدك روحاً مختلفة عن روحك قبل قراءة هذا الكتاب ... أتعرف لما أنا متأكِّد من هذا ؟

لأنَّني قدَّمت كل كلمة بكلِّ معاني الصدق مع روحي وستكتشف عزيزي القارئ في النهاية اكتشافاً عظيماً جداً .

فقط ابدأ أوَّل صفحة وستجد أنَّ الكتاب قد انتهى، هكذا بكلِّ بساطة ... ولا تنسى تدوين خواطرك بعد كلِّ لقاء .

أتركك لتعيش حياةً مختلفة داخل هذا الكتاب، وأنتظر رأيك على صفحتي الشخصيَّة :

https: / /www.facebook.com /Mohamedelmasrynew /

هذا أنا وبكلِّ بساطة.. محمد عبد القادر المصري